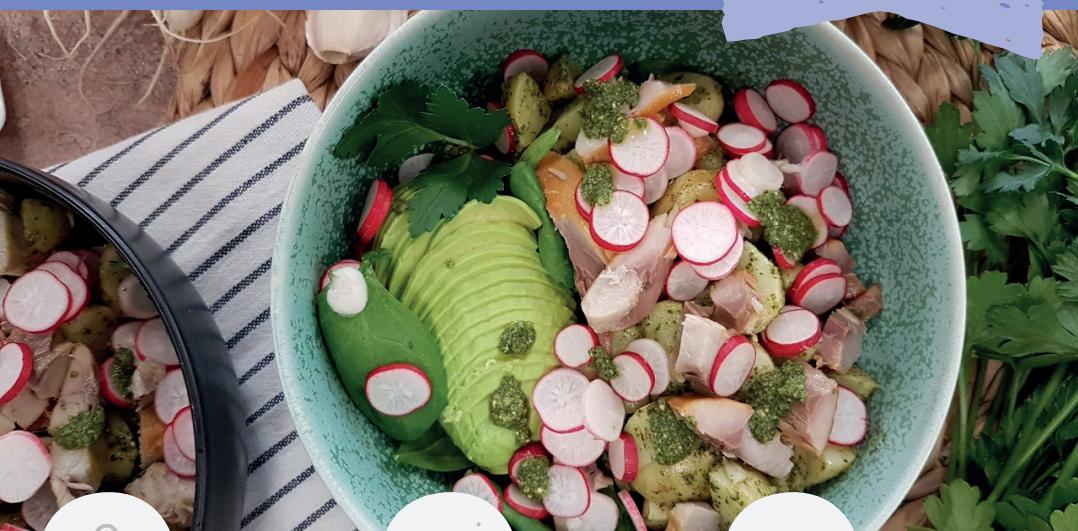


Salade de pommes de terre, maquereau et pesto

RECETTE



20 minutes



10 minutes



4 personnes

INGRÉDIENTS

- 1 bouquet de persil plat
- 50 g de parmesan* à la coupe
- 50 g de pignons de pin* en vrac
- 10 cl d'huile de colza ou de chanvre
- 1 gousse d'ail
- le jus d'½ citron
- sel et poivre
- 400 g de pommes de terre nouvelles
- 1 sachet de filets de maquereaux fumés
- 2 petits avocats
- une dizaine de radis
- 120 g de jeunes pousses d'épinards

*PEUT CONTENIR DES ALLERGÈNES

1. Préparer le pesto de persil en utilisant un blender pour réduire le parmesan en poudre.
2. Laver le persil et l'effeuiller, puis l'ajouter dans le blender avec les pignons de pin, la gousse d'ail pressée, le jus de citron, le sel, le poivre et l'huile.
3. Mixer jusqu'à obtenir un pesto homogène. Réserver au réfrigérateur.
4. Brosser les pommes de terre nouvelles sous l'eau courante, les couper en gros dés et les cuire à la vapeur pendant 10 minutes.
5. Mélanger les pommes de terre chaudes avec la moitié du pesto de persil. Réserver dans un saladier.
6. Laver les jeunes pousses d'épinards et les essorer.
7. Émincer finement les radis et les filets de maquereaux fumés.
8. Couper les avocats en lamelles.
9. Disposer harmonieusement les ingrédients de la salade dans quatre larges assiettes, puis les agrémenter de pesto de persil et déguster !

Sargé | ZAC de la Pointe, Sargé
Université | 22 bd Louis Léprince-Ringuet
République | 1 b rue Gambetta, Le Mans

Atlantides | 4 avenue d'Haouza, Le Mans
Antarès | Giratoire de César, Le Mans
Allonne | Rue de la Raterie, Allonne

 www.cuisine-moi-un-fenouil.fr