



Salade de jeunes pousses Florette façon niçoise

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 1 sachet de salade Florette « jeunes pousses douces »
- 120 g de thon
- 1 dizaine d'anchois
- 1 oignon rouge
- 1 dizaine de tomates cerises
- 120 g d'olives noires
- 4 œuf
- 1/4 carotte
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 4 cuillères à soupe de vinaigre de vin rouge
- 4 pommes de terre
- 1 œuf battu
- 2 cuillères à soupe rase de farine
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre

1. Mettre un volume d'eau à bouillir, quand l'eau est frémissante cuire les œufs pendant 9 minutes puis les plonger dans l'eau froide pour stopper la cuisson.
2. Pendant ce temps, éplucher et émincer finement l'oignon rouge, réserver.
3. Couper les tomates cerises en quartier, réserver.
4. Ecaler les œufs refroidis puis à l'aide d'une pointe de couteau sculpter des dents pour réaliser le chapeau du poussin dans sa coquille. Décoller délicatement. Peler un tronçon de carotte et tailler 4 petits triangles pour les becs. Déposer 2 grains de poivre par poussin pour former les yeux. Réserver.
5. Eplucher et râper les pommes de terre.
6. Les mettre dans un torchon propre et les essorer afin d'ôter le maximum d'humidité.
7. Disposer dans un saladier et ajouter l'œufs et la farine.
8. Assaisonner de sel et poivre, puis mélanger à l'aide d'une spatule en bois.
9. Faire chauffer un volume d'huile de friture dans une casserole ou dans une friteuse.
10. Préchauffer le four à 210 °C. Beurrer une plaque à muffins en silicone.
11. Garnir les moules de la préparation à base de pommes de terre et presser pour faire remonter la préparation le long des parois puis former un creux. Enfourner pour 20 min.
12. Déposer la salade dans les assiettes parsemer d'oignons rouges, de tomates cerises, d'olives noires, de thon et quelques filets d'anchois. Ajouter la cup en rösti et déposer l'œuf en forme de poussin à l'intérieur.
13. Assaisonner de vinaigrette. Servir.