

Salade de fèves et feta au citron confit

Les ingrédients pour 4 personnes :

250 g de fèves congelées pelées
1 poivron rouge coupé en fines lanières
100 g de feta en dés
1 c à s de za'atar
1 petit oignon rouge coupé en tranches fines
170 g de tomates cerises oranges, jaunes et noires
2 c à s de zestes de citron confit au sel coupé en tranches fines
100 g de feuilles de salade
Assaisonnement :
3 c à c de zeste d'orange râpé
3 c à s de jus d'orange
4 c à s d'huile d'olive
1,5 c à de miel
1,5 c à c de za'atar

Si vous voulez faire le za'atar vous-même :

2 c à s de graines de sésame
1 c à s de thym séché
2 c à c de sumac
1/4 de c à c de sel

Plonger les fèves congelées dans de l'eau bouillante. Dès que l'ébullition reprend compter 2-3 mn de cuisson puis les égoutter. Les rafraichir sous l'eau froide et les égoutter à nouveau.

Blanchir les lanières de poivron rouge 1 mn dans l'eau bouillante, les égoutter et les rafraichir à l'eau froide. Les égoutter à nouveau.

Saupoudrer la feta de za'atar. Préparer l'assaisonnement en mélangeant les ingrédients dans un bol.

Mettre les fèves, les lanières de poivron, l'oignon et les tomates cerises coupées en 2 dans un saladier. Ajouter le citron confit. Verser l'assaisonnement et remuer. Incorporer la feta et mélanger délicatement.

Sur les assiettes de service dresser les feuilles de salade et garnir avec la salade de fèves. Pour faire le za'atar piler grossièrement les graines de sésame et le thym, ajouter le sumac et le sel.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>