

Salade de feuille de chêne aux aiguillettes de canard et bleu d'Auvergne

Préparation : 30 mn

Cuisson : 6 mn

Marinade : 1 h

Les ingrédients pour 4-6 personnes :

125 g de Bleu d'auvergne
20 aiguillettes de canard
1 courgette moyenne
1/2 radis noir
12 tomates cerises jaunes ou oranges
4 oignons blancs frais
1/2 salade feuille de chêne
2 belles poignées de pousses d'épinard
Quelques herbes fraîches de votre choix
Sel et poivre du moulin

Pour la marinade :

Le jus d'1 citron vert

6 c à s d'huile de noix

Pour la vinaigrette :

6 c à s d'huile de noix

2 c à s de vinaigre de vin

Le jus d'1/2 orange

Laver la courgette, couper les extrémités et la couper en fines rondelles. Les mettre dans un plat creux avec le jus de citron vert et l'huile de noix et laisser mariner 1 h au frais. Émincer finement le radis noir soigneusement lavé. Peler et émincer les oignons frais. Couper les tomates cerises en 2 et laver la salade feuille de chêne et les pousses d'épinards. Couper le fromage en tranches puis en morceaux et ciseler les herbes fraîches.

Dans un bol mélanger les ingrédients de la vinaigrette.

Cuire les aiguillettes de canard dans une poêle chaude , 2 à 3 mn de chaque côté.

Dresser les éléments de la salade dans les assiettes et napper de vinaigrette avant de servir.

Vin conseillé : un Cahors rouge ou un vin de paille du Jura

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>