Salade d'endives au bleu et aux noix

Entrée

Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :10 min

Temps de cuisson/repos :10 min

Calories par portion : 119.5 Kcal

Charge glycémique par portion: 0.679

Les ingrédients

- 4.0 u Endive
- 50.0 gr Bleu de bresse
- 20.0 gr Cerneaux de noix
- 1.0 cs vinaigre balsamique
- 1.0 cs Huile de noix
- 1.0 p Sel
- 1.0 p Poivre

Préparation des endives
Enlevez les premières feuilles qui peuvent être abîmées. A l'aide d'un économe, enlevez un cône à la base de l'endive afin d'enlever son amertume. Coupez les en rondelle (1 cm d'épaisseur) et les mettre dans un saladier.
Ajoutez les cerneaux de noix concassés grossièrement. Émiettez le bleu et rajoutez le aux endives. Réservez au frais.

Préparation de la vinaigrette
Dans une tasse, mettre l'huile, le vinaigre, le sel et le poivre. Mélangez le tout.

Présentation
Au moment de servir, mélangez de nouveau la vinaigrette et répartissez-la sur la salade d'endives.
Servir aussitôt.