

Salade de pomme de terre à l'oeuf

Plat froid



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :20 min

Temps de cuisson/repos :5 min

Calories par portion : 512 Kcal

Charge glycémique par portion: -1

Les ingrédients

- 4.0 p Sel
- 6.0 u Oeuf
- 4.0 cs Huile
- 1.0 u Salade
- 4.0 p Poivre
- 1.0 cs Moutarde
- 6.0 cl Vinaigre
- 3.0 u Echalote
- 1.0 kg Pommes de terre

Etape 1: Préparation et cuisson

Faire cuire à l'eau avec la pelure ou à la vapeur pendant 10minutes les pommes de terre (la cuisson en vapeur permet à la pomme de terre de conserver moins d'eau).

Faire cuire à la coque les oeufs dans de l'eau bouillante pendant 10minutes.

Découper les échalotes en fin morceaux.

Laver la salade et découper la en large morceaux, puis l'égoutter.

Etape 2: Dressage du plat

Dans deux saladiers, répartir équitablement les échalottes émincées.

Dans un premier saladier, ajouter 2 cuillères d'huile et 4 de vinaigre. Ajouter le sel et le poivre, puis mélanger pour former l'assaisonnement.

Ajouter dans ce saladier les pommes de terre épluchées et découpées en morceaux grossiers.

Enlever la coquille des oeufs et les découper en lamelles grossières dans le plat.

Mélanger le tout et réserver au frigo 5 minutes.

Etape 3: Préparation de la salade

Dans une deuxième saladier, ajouter au échalottes 2 cuillères d'huile et 2 cuillères de vinaigre et 1 cuillère de moutarde. Saler, poivrer puis mélanger la vinaigrette, ajouter la à la salade. Mélanger la salade et la vinaigrette avant de servir.

Conseil de dégustation:

Je déguste ce plat avec un peu de mayonnaise maison et une tranche de pain beurrée. Un plat qui ravira les grands comme les petits mangeurs, à déguster en toute saison. Bon appétit.