



J'ai un œuf!

Salade aux œufs: 10x autrement

Faire soi-même de la salade aux œufs? Un jeu d'enfant! Vous n'avez besoin que de peu d'ingrédients et c'est super facile.

Mais il ne faut pas toujours la préparer de la même manière.

Ces salades aux œufs sont idéales pour retravailler des œufs cuits durs et des petits restes. Choisissez-vous pour la classique, la fantaisie ou le #nowaste? Sur la tartine, un petit toast ou simplement en salade – ces variantes plaisent toujours!

Conseils avant de commencer

- Au frigo vous pouvez facilement conserver une salade aux œufs 'maison' pendant 3 jours.
- Le sel de céleri est une belle alternative pour donner une touche extra à votre salade aux œufs.
- Pour cuire vos œufs versez un filet de vinaigre dans l'eau. Ainsi les coquilles se fissureront moins facilement.
- Un jeune oignon est toujours excellent comme garniture!



Salade aux œufs classique

Ingrédients:

- 5 œufs
- 4 cs de mayonnaise (de préférence à la moutarde)
- 2 cc de moutarde de Dijon
- poignée de ciboulette, hachée fin
- poivre & sel

Méthode de préparation:

1. Cuissez les œufs durs en environ 8 minutes. Laissez-les refroidir un peu sous l'eau courante froide puis écalez-les.
2. Écrasez les œufs finement avec une fourchette.
3. Mélangez la mayonnaise et la moutarde aux œufs en même temps que $\frac{3}{4}$ de la ciboulette. Salez et poivrez.
Garnissez ensuite votre plat avec le reste de la ciboulette.

Avec un petit extra ...



Salade aux œufs au saumon fumé

Utilisez [la recette classique](#) ci-dessus mais remplacez la moutarde par de la crème aigre. Après avoir fait le mélange, ajoutez 100g de saumon fumé coupé finement.

Salade aux œufs aux lardons

Utilisez [la recette classique](#) ci-dessus mais remplacez la moutarde de Dijon par de la moutarde à gros grains. Après avoir fait le mélange, ajoutez 100g de lardons rôtis.

(Attention que les lardons soient bien rôtis et égouttés)

Salade aux œufs au curry

Utilisez [la recette classique](#) ci-dessus et donnez une touche orientale à votre salade en ajoutant quelques gouttes de sauce Worcestershire, du curry en poudre et un peu de curcuma. Terminez par un peu de cresson.

Conseil : si vous optez pour un peu de croquant et plus épicé, ajoutez à la recette de base 1 cs de céleri à côtes finement haché et quelques gouttes de tabasco.



À la Hollandaise

Utilisez [la recette classique](#) ci-dessus et ajoutez-y des cornichons aigre-doux finement coupés.

Variantes de niveau supérieur ...

Salade aux œufs au bacon et à la truffe

Ingrédients:

- 6 œufs
- 150 g de lard petit déjeuner
- 4 cs de mayonnaise
- 1 cs de ciboulette ciselée
- 2 cc de curry en poudre
- 1 petit oignon
- 2 cc d'huile de truffe
- poivre & sel

Méthode de préparation:

1. Cuisez les œufs durs en environ 8 minutes. Laissez-les refroidir un peu sous l'eau courante froide.
2. Rôtissez bien le lard petit déjeuner à feu moyen. Égouttez-le sur de l'essuie-tout et laissez refroidir jusqu'à ce qu'ils soient délicieusement croquants. Il est essentiel que toute la graisse du lard soit fondue.

3. Ciselez finement la ciboulette et l'oignon. Écalez les œufs et écrasez-les en morceaux moyens avec une fourchette.
4. Ajoutez la mayonnaise, le curry, l'huile de truffe, la ciboulette et l'oignon ciselés.
5. Émiettez le lard rôti et incorporez-le dans la salade aux œufs.
6. Goûtez puis salez et poivrez.



Salade aux œufs avec noix et pomme

Ingrédients:

- 6 œufs
- 4 cs de mayonnaise
- 1 cc de curry en poudre
- 1 pomme verte acidulée, en morceaux
- 1 branche de céleri, en morceaux
- 2 cs de raisins secs
- 4 cs de noix, hachées fin
- poivre & sel

Méthode de préparation:

1. Cuisez les œufs durs en environ 8 minutes. Laissez-les refroidir un peu sous l'eau courante froide puis écalez-les.
2. Mélangez les autres ingrédients dans un grand plat en même temps que les œufs.
3. Salez et poivrez.



Salade aux œufs à la méditerranéenne

Ingrédients:

- 6 œufs
- 8 cs de tomates séchées au soleil et coupées finement
- ½ oignon rouge ciselé
- ½ concombre coupé fin
- 8 cs d'olives coupées finement
- 120 ml de yaourt à la grecque
- 1 cc de jus de citron
- 1 cs d'origan
- 1 cc de cumin
- poivre & sel

Méthode de préparation:

1. Cuisez les œufs durs en environ 8 minutes. Laissez-les refroidir un peu sous l'eau courante froide puis égalez-les.
2. Mélangez les tomates, l'oignon, le concombre et les olives avec les œufs.
3. Mélangez le yaourt avec le jus de citron et les épices.
4. Incorporez le mélange de yaourt à la salade aux œufs.



Variantes saines

Salade aux œufs saine avec de l'avocat

Ingrédients:

- 6 œufs eieren
- 2 avocats mûrs, épluchés et écrasés
- 1 cs de jus de citron
- poivre, sel & origan

Méthode de préparation:

1. Cuisez les œufs durs en environ 8 minutes.
2. Laissez-les refroidir un peu sous l'eau courante froide puis écalez-les.
3. Mélangez la chair de l'avocat avec le jus de citron et les épices.
4. Ajoutez les œufs et assaisonnez éventuellement encore un peu.



Salade aux œufs saine sans mayonnaise

Ingrédients:

- 4 cs de yaourt à la grecque
- 1 cs de ciboulette (hachée)
- 1 cc de curry en poudre
- 1 échalote (ciselée)
- 5 œufs
- poivre
- sel

Méthode de préparation:

1. Cuisez les œufs durs, égalez-les puis écrasez-les grossièrement avec une fourchette.
2. Mélangez le yaourt avec la ciboulette, l'échalote et assaisonnez avec le curry en poudre, du poivre et du sel.
3. Ajoutez les œufs et laissez imprégner pendant une demi-heure environ.

