



Les plats principaux

Salade niçoise rapide 'one-pot'

Pour 4 personnes.

Ingrédients

300 grammes de pommes de terre (fermes, épluchées, en dés)
2 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc
400 grammes de thon (en boîte, égoutté)
200 grammes d'haricots princesse
2 poivrons rouges (en lamelles)
1 oignon rouge (en demi-lunes)
100 grammes d'olives noires
poignée feuilles de basilic
4 anchois (filets)
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Coupez les haricots princesse en deux et blanchissez-les dans de l'eau légèrement salée. Blanchissez également les dés de pommes de terre dans de l'eau légèrement salée.

Faites revenir l'oignon rouge dans de l'huile d'olive. Ajoutez les anchois et faites fondre calmement. Incorporez ensuite les dés de pommes de terre, les haricots et les lamelles de poivron. Faites cuire 5 minutes.

Écrasez le thon en morceaux et ajoutez-le en même temps que les olives. Assaisonnez avec le vinaigre de vin blanc et du poivre. Laissez encore bien réchauffer puis décorez le plat avec les feuilles de basilic.

