



Plats d'accompagnement

Sandwich à la salade méditerranéenne

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 concombre
2 tomates
1 poivron rouge
200 grammes de feta (émietté)
100 grammes d'olives noires
1 oignon rouge (haché finement)
1 gousse d'ail (haché finement)
2 cuillères à soupe de persil (haché fin)
8 tranches de pain
poivre
sel

Pour le dressing

1 cuillère à soupe de yaourt grec
1 gousse d'ail

Méthode de préparation

Faites le dressing : mélangez le yaourt à la grecque avec l'ail et réservez-le.

Rincez les légumes et coupez-les en gros morceaux. Mélangez dans un grand plat la feta avec le concombre, les tomates, le poivron rouge, les olives noires, l'oignon rouge, l'ail et le persil. Salez et poivrez.

Versez le tout sur une planche à découper et hachez le tout finement. Remettez la salade dans le plat à mélanger puis incorporez-y le dressing.

Tartinez les tranches de pain avec la salade puis coupez-les en diagonale.

