



Plats d'accompagnement

Autre

Panzanella d'été aux légumes verts

Pour 4 personnes.

Ingrédients

150 grammes d'haricots princesse (nettoyés)
1/2 ciabatta (coupée en cubes)
200 grammes d'asperges vertes
2 jeunes oignons (en rondelles)
1 poignée de basilic (frais)
1 courgette
huile d'olive
poivre
sel

Pour la sauce

2 cuillères à soupe de vinaigre de vin blanc
1 cuillère à café de moutarde
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Allumez le barbecue. Retirez la partie filandreuse des asperges, puis coupez-les en tronçons de 2 cm. Coupez les haricots en deux. Blanchissez les légumes à l'eau salée jusqu'à ce qu'ils soient al dente, égouttez-les et rincez-les à l'eau froide.

Coupez la ciabatta en cubes et mélangez-les avec un filet d'huile d'olive, du sel et du poivre. Faites-les rôtir au barbecue dans un petit panier pour barbecue ou une barquette en aluminium perforé. Remuez-les régulièrement jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants.

Pendant ce temps, coupez la courgette en deux dans le sens de la longueur, puis en demi-lunes. Badigeonnez-les d'huile d'olive et faites-les brièvement griller au barbecue.

Dans un bol, mélangez le vinaigre de vin blanc, la moutarde et l'huile d'olive. Salez et poivrez.

Dans un grand saladier, mélangez les croûtons de ciabatta, les courgettes grillées, les légumes blanchis et les jeunes oignons. Ajoutez la sauce et mélangez bien. Laissez reposer pendant 10 minutes pour bien mêler les saveurs. Garnissez la salade de basilic frais et servez.

Conseil:

Le pain rassis ou la baguette sont également parfaits pour faire des croûtons.

