



Salade niçoise rapide



4 pers



25 mn

Les ingrédients

- 4 Oeufs
- 200 g Thon au naturel
- 250 g Haricots verts en boîte
- 4 Tomates
- 1 Concombre
- 80 g Olives noires
- 1/2 Oignon rouge
- 8 Radis
- 120 g Jeunes pousses
- 4 c. à s. Huile d'olive
- 1 c. à s. Vinaigre de vin
- 1 c. à c. Moutarde
- 4 brins Basilic frais
- Sel fin
- Poivre moulu

La recette

Étape 1

Cuire les oeufs 9 minutes dans une casserole d'eau bouillante et les refroidir sous l'eau froide.

Étape 2

Égoutter et rincer les haricots verts. Émincer l'oignon rouge, puis rincer et couper les tomates en quartiers, le concombre en rondelles et les radis en fines lamelles.

Étape 3

Écaler les oeufs et les couper en quartiers. Égoutter le thon, puis rincer et ciseler le basilic.

Étape 4

Mélanger l'huile d'olive, le vinaigre et la moutarde dans un bol. Saler et poivrer.

Étape 5

Laver et sécher la salade, puis la répartir dans un grand plat. Disposer les tomates, le concombre, les radis, l'oignon rouge et les haricots verts par-dessus.

Étape 6

Ajouter ensuite le thon émietté, les oeufs et les olives noires. Arroser le tout avec la sauce, parsemer de basilic et servir immédiatement.

