



Torah-Box.com

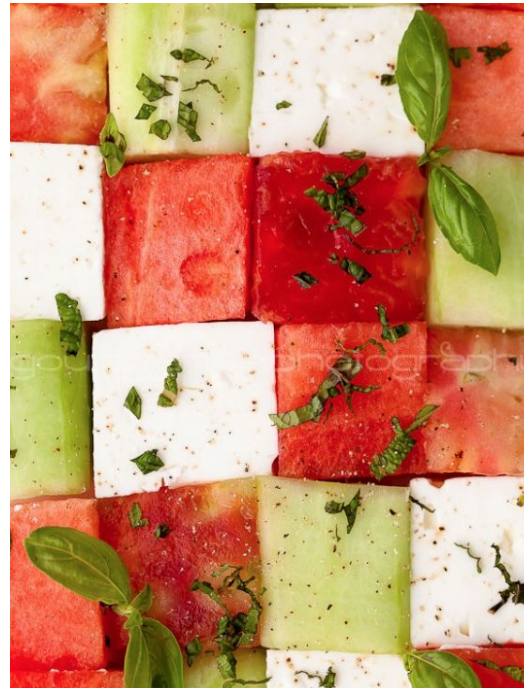
judaïsme entre femmes

SALADE A LA PASTEQUE

Pour 6 personnes Temps de préparation : 10min Cuisson :-min Difficulté : facile

INGREDIENTS

1/8 de pastèque juteuse
1 concombre
1 boîte de féta de chèvre
1 bouquet de basilic bien nettoyé et vérifié
2 grosses tomates bien mûres
huile d'olive
vinaigre balsamique
sel et poivre



Réalisation

La tomate est un fruit, et elle se marie très bien avec la pastèque ! Le côté juteux et fruité de cette salade donne un goût d'été à nos tables.

Coupez la pastèque en dés et mettez-les dans un saladier. Pelez les tomates (en les ébouillantant 2 secondes dans une casserole d'eau), puis enlevez les pépins du centre pour ne garder que la partie charnue. Coupez-les en dés de la même taille que la pastèque. Répétez cette étape avec le concombre. Prenez désormais la féta, et faites de nouveau des dés du même calibre. Mettez le tout dans le saladier.

Assaisonnez la salade avec une vinaigrette au balsamique, du sel, du poivre et du basilic. Pour que la salade soit encore meilleure, assaisonnez-la 15-20mn avant de manger pour que la tomate rende son jus. Bon appétit !