SALADE DE HARICOTS VERTS, FIGUES ET NECTARINES DE VIGNE

Posted on septembre 2, 2023 by Florence Breuil



Category: Salades
Tags: Figues, Haricots verts

Comptez environ 60g de haricots verts, une nectarine, et deux trois figues par personne. De la sauce soja, de l'huile d'amande. Quelques amandes entières et du basilic marseillais. Commencez par faire cuire les haricots verts à la vapeur et faites en sorte qu'ils gardent un peu de leur croquant. Plongez-les dans l'eau glacée afin qu'ils conservent de leur éclat une fois la cuisson terminée puis égouttez-les. Préparez la sauce en mélangeant l'équivalent par personne d'une cuillère à café de sauce soja et d'une autre d'huile d'amande. Enrobez les haricots de sauce. Découpez nectarines et figues et disposez-les dans les assiettes, recouvrez des haricots. Parsemez d'amandes concassées et de feuilles et fleurs de basilic marseillais.

