

SALADE de CHOU ROUGE aux NOIX

Préparation : 25mn pas de cuisson Réfrigération : 2h Facile
Abordable

Pour 4 personnes

- ½ boule de chou rouge
- 2 œufs durs
- 2 côtes tendres de céleri
- 12 cerneaux de noix
- 4 cuil à soupe de mayonnaise au citron
- Sel Poivre

Technique

- 1- Retirer le trognon du chou rouge puis le détailler en fines lanières. Emincer les côtes de céleri. Mixer la mayonnaise avec 2 cuillères à soupe d'eau, du sel et du poivre
- 2- Dans un saladier, mélanger le chou rouge et le céleri avec la mayonnaise. Couvrir et laisser reposer 1h au réfrigérateur.
- 3- Mélanger la salade de nouveau au moment de servir en ajoutant les noix. Goûter, rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Présenter dans 4 assiettes. Ecaler les œufs et placer 2 quartiers dans chaque assiette

POIRES POCHEES au THE SAUCE au SIROP d'ERABLE

Préparation : 15mn Cuisson 25mn Attente 2h Facile
Abordable

Pour 4 personnes

- 4 poires
- 80 cl de thé fort
- 10 cl de sirop d'érable
- 100g de sucre
- 20g de beurre demi-sel

Technique

- 1-Eplucher les poires en conservant la queue. Les évider par le dessous avec un couteau pointu.
- 2- Verser le thé et le sucre dans une grande casserole. Porter le tout à frémissements
- 3- Déposer les poires dans la casserole et les faire cuire 15 à 20 mn selon leur taille. Vérifier leur cuisson en les piquant avec un couteau. Retirer du feu, laisser refroidir 2h dans le thé
- 4-Chauffer le sirop d'érable, le garder à petite ébullition 2 à 3 mn. Retirer du feu, ajouter le beurre tailler en dés. Remettre sur le feu 2 mn. Verser le caramel obtenu dans un pot en verre
- 5-Servir les poires nappées de la sauce au sirop d'érable