

Salade de lentilles et d'asperges au Herve



20 min



4 personnes

Ingredients

- 300 g de Fromage de Herve doux ou piquant, à température ambiante
- 200 g de mini asperges vertes
- 2 boîtes de lentilles cuites (ou 480 g de lentilles cuites maison)
- 4 poignées de roquette
- 80 g de noixettes

Vinaigrette au miel et à l'échalote :

- 1 petite échalote
- 4 c à soupe de vinaigre de cidre
- 3 c à soupe de miel liquide
- 8 c à soupe d'huile d'olive
- 1 c à soupe de moutarde à l'ancienne
- Sel et poivre

Préparation

- Plongez les mini asperges entières dans un poêlon d'eau bouillante salée. Faites-les cuire 3 min, égouttez-les et plongez-les dans de l'eau glacée.
- Faites griller légèrement les noixettes à sec, dans une poêle, pour les rendre bien croquantes. Hachez-les grossièrement.
- Préparez la vinaigrette : mélangez le miel, le vinaigre et du sel dans un petit bocal. Ajoutez l'échalote très finement hachée, l'huile, la moutarde et du poivre. Fermez et secouez.
- Egouttez et rincez longuement les lentilles. Mettez-les sur un plat de service (ou dans un saladier) avec les asperges égouttées, les noixettes grossièrement hachées et la roquette. Arrosez d'un peu de vinaigrette (et mélangez, dans le cas du saladier).
- Taillez le Herve en lamelles et disposez-les sur salade. Servez avec du pain.

Astuce

Vous pouvez préparer cette salade à l'avance pour qu'elle s'imprègne bien des saveurs, dans ce cas, sortez-la du frigo 20 min avant de servir et ajoutez la roquette en dernière minute.



Découvrir
d'autres recettes

