

SALADE ANTIPASTO

Ingrédients :

- 1 boîte (398 ml) de cœurs de palmier
- 1 boîte (398 ml) de cœurs d'artichaut
- 1 boîte (398 ml) d'épis de maïs miniatures
- ½ tasse (125 ml) d'olives noires tranchées
- ½ tasse (125 ml) de poivron rouge en lanières (je fais toujours un mélange de plusieurs couleurs de poivrons)
- ½ tasse (125 ml) de poivron vert en lanières
- ½ tasse (125 ml) de champignons frais en tranches
- ¾ tasse (180 ml) de vinaigrette

Ajout de Maripel : 1 à 2 oignons verts hachés fins

Vinaigrette :

- ¾ tasse (180 ml) d'huile d'olive
- ¼ tasse (60 ml) de vinaigre de vin rouge
- 1 c. à thé (5 ml) de moutarde de Dijon à l'estragon *
- 1 c. à thé (5 ml) de sel
- ½ c. à thé (2 ml) de sucre
- ½ c. à thé (2 ml) de poivre
- ½ c. à thé (2 ml) de basilic
- ½ c. à thé (2 ml) d'origan
- 1 gousse d'ail écrasée (au presse-ail)
- 2 c. à table (30 ml) d'eau

Préparation :

Mélanger tous les ingrédients de la vinaigrette.

Trancher les légumes. Faire mariner les légumes au moins 12 heures dans la vinaigrette.

* On peut utiliser de la moutarde de Dijon régulière

Source : Endos d'une étiquette de cœurs de palmier Mc Lord ou Renoir- sur Recettes du Québec

<http://www.recettes.qc.ca/recettes/recette.php?id=2249&rdj=&pub=>

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le 3 janvier 2009

<http://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2009/01/salade-antipasto.html>

