

SALADE D'ORZO AU THON, VINAIGRETTE AU BABEURRE ET AU PESTO DE TOMATES SÉCHÉES

Ingrédients : 5-6 portions

Salade

- 1 boîte (170 g) de thon égoutté
- 1 ¼ tasse (225 g) d'orzo
- 3 oignons verts hachés finement
- 1 grosse tomate épépinée et hachée
- 1 concombre libanais haché
- ½ tasse (45 g) de haricots verts et jaunes hachés en tronçons
- 1/3 tasse (32 g) de carotte râpée
- 1/3 tasse (53 g) de fromage Sieur Riou-x ou autre fromage de votre choix
- 3 c. à soupe (25 g) d'amandes effilées grillées
- 2 c. à soupe (30 ml) de persil plat ciselé
- 2 c. à soupe (30 ml) de ciboulette ciselée

Sauce au babeurre et au pesto de tomates séchées

- 1/3 tasse (80 ml) de babeurre
- 3 c. à soupe (45 ml) de pesto de tomates séchées
- 2 c. à soupe (30 ml) de mayonnaise
- 1 c. à soupe (15 ml) de jus de citron
- 1 gousse d'ail au presse-ail
- Sel et poivre du moulin

Préparation :

1. Faire cuire l'orzo dans l'eau bouillante salée selon les instructions de l'emballage. Égoutter et rafraîchir.
2. Dans un petit bol, fouetter ensemble les ingrédients de la sauce.
3. Dans un saladier, disposer les ingrédients de la salade.
4. Verser la sauce dans le saladier et touiller délicatement. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.
5. Réfrigérer une heure afin que les saveurs se marient.
6. Servir.

Source : Maripel

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le mercredi 25 juin 2014

<http://lafilledelanseauxcoques.blogspot.ca/2014/06/salade-dorzo-au-thon-vinaigrette-au.html>