Pourpier et roquette en salade

04/10/2011 à 18h10

Par Philippe Lafargue

Temps de préparation : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 100 g de pourpier
- 60 g de roquette
- 4 fleurs de courgette
- 5 cl d'huile d'olive toscane
- 1 cl de vinaigre de Xeres
- 2 cl de vinaigre balsamique
- Fleur de sel Camargue
- Poivre 5 baies du moulin
- Piment d'Espelette

Préparation :

- Lavez le pourpier et la roquette dans 3 eaux vinaigrées;
- Egouttez;
- Emincez l'oignon nouveau;
- Taillez la ciboulette en bâtons de 1 cm;
- Retirez le pistil de la fleur de courgette, et lavez-la;
- Salez et poivrez un cul de poule ou un saladier;
- Mélangez tous les ingrédients;
- Assaisonnez.

L'astuce du chef :

Bien vinaigrer le pourpier pour le relever, c'est une feuille "grasse". Récupérer les petits points noirs de l'eau de lavage du pourpier, au fond du récipient. Ce sont ses petites graines, que vous pouvez semer...