



Salade de CHICOREE ROUGE

Pour 4 personnes

Ingrédients

250 g de chicorée rouge

2 poires

80 g de ricotta

Sauce :

2 c.s. de vinaigre balsamique blanc

3 c.s. d'huile d'olive

Zest de citron (bio de préférence)

1 échalote, hachée finement

Noix caramélisées :

60 g de noix

4 c.s. de sucre

1 c.c. de cumin en poudre

1 c.c. de flocons de piment

Préparation

Pour les noix :

Porter le sucre à ébullition avec l'équivalent de 2 cuillères à soupe d'eau sans remuer. A feu doux, laisser mijoter en remuant la casserole d'avant en arrière, jusqu'à obtenir un caramel blond. Dès lors, ajouter sel, cumin et piment (ou autres épices de votre choix) et les noix. Mélanger, et verser du papier cuisson. Laisser refroidir et hacher grossièrement

Pour la sauce : mélanger les différents ingrédients.

Mélanger la chicorée avec les poires, les noix et la sauce. Répartir la ricotta par-dessus et servir !

