

Salade de légumes et fruit d'automne avec saumon fumé



Temps de préparation : 30 min - 4 personnes

1 pomme Granny Smith - 1 betterave crue - 1 carotte - 1 oignon cébette (ou oignon frais) - 1 salade - 50 g de noisette - 120 g de saumon fumé (de préférence sauvage) - 3 cuillères à soupe d'huile de noisette (ou huile d'olive) - 1 cuillère à soupe de vinaigre de framboise - 1 citron - Sel et poivre

Tous les ingrédients vont être préparés et mis au réfrigérateur au préalable. Le dressage s'effectuera juste avant de servir.

Zester la peau du citron et mettre dans un petit bol. Presser le citron.

Eplucher la betterave et la carotte. Laver la pomme. Râper au robot ou manuellement la betterave, la carotte et la pomme séparément. Déposer chaque ingrédient dans une assiette creuse, arroser les du jus du citron et recouvrir de film alimentaire et déposer au réfrigérateur.

Trier et laver la salade. La garder dans un sac plastique (type congélation) au réfrigérateur.

Laver et découper l'oignon et mettre dans un petit bol avec film alimentaire au réfrigérateur.

Mixer grossièrement les noisettes et les faire griller à la poêle (changement de couleur). Les déposer dans un petit bol.

Couper le saumon fumé en morceaux et les mettre dans une assiette recouverte d'un film alimentaire.

Faire une vinaigrette avec l'huile, le vinaigre, les zestes de citron, le sel et le poivre.

Avant de servir, dresser soit dans des assiettes creuses, soit des grandes coupelles. Sortir du réfrigérateur tous les ingrédients. Déposer la salade, la betterave, la carotte, la pomme et l'oignon. Arroser de vinaigrette. Déposer ensuite le saumon fumé et les noisettes grillées.