

Salade brocolis pommes de terre recette cookeo



Salade brocolis pommes de terre recette cookeo

Ingrédients pour 4 personnes

400 g de brocolis congelés

4 pommes de terre

2 échalotes

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

Quelques feuilles de mâche

2 cuillère à café de vinaigre de cidre

Sel

Poivre

200 ml d'eau

Préparation

Coupez les échalotes en morceaux .

Epluchez passez sous l'eau et coupez les pommes de terre en morceaux.

Déposez les brocolis et les morceaux de pommes de terre dans la cuve.

Nettoyez votre mâche.

Préparez une sauce avec 4 cuillères à soupe d'huile d'olive , 1 cuillère à café de vinaigre et 1 cuillère à café de vinaigre balsamique. Ajoutez du sel et du poivre

Versez 200 ml d'eau

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 4 mn

Quand la cuisson est terminée égouttez la cuve et réservez les brocolis et les pommes de terre dans un saladier (Vous pouvez plonger les brocolis dans un saladier d'eau froide pour les refroidir et garder leur couleur bien verte.)

.Laissez refroidir à l'air libre puis au frigo pendant au moins 2 h .

Déposez dans le frigo le saladier pommes de terre brocolis ,les morceaux d'échalote, la vinaigrette et la mâche. (je filme chaque récipients)

Sortez le saladier au moment de déguster.

Ajoutez dans le saladier les échalotes, la sauce vinaigrette et mélanger.

Déposez dans chaque assiette de la mâche et servez les ingrédients du saladier sur la mâche.

Servez .