

Salade haricots verts oeufs au cookeo



Salade haricots verts oeufs au cookeo

245 CALORIES 6PP 2SP

Ingrédients pour 4 personnes

800 g de haricots verts frais ou congelés

6 œufs

1 échalote

1 cuillère à soupe de vinaigre de Xérès

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

1 cuillère à café rase de moutarde

Sel, poivre

300 ml d'eau

Préparation

Équeutez et lavez les haricots verts si vous utilisez des haricots verts frais.

Passez les œufs sous l'eau

Déposez les haricots verts et les œufs dans la cuve.

Versez 300 ml d'eau.

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 5 mn

Quand la cuisson est terminée, égouttez le contenu de la cuve dans un égouttoir, rafraîchissez avec de l'eau puis laissez refroidir à l'air libre dans un saladier.

Déposez le saladier avec les haricots et les œufs.

Pelez et coupez l'échalote en morceaux.

Sortez les œufs du frigo et écalez-les.

Coupez trois œufs en deux. Hachez ou râpez les trois autres œufs avec le blanc. Ajoutez-les aux haricots verts avec l'échalote en morceaux,

Salez, poivrez

Dans un bol, fouettez à la fourchette la moutarde, le vinaigre, l'huile d'olive, sel et poivre.

Sortez les haricots verts du frigo puis arrosez la salade de vinaigrette. Servez aussitôt.