SALADE DE HARICOTS VERTS ET POIVRONS AUX AMANDES ET À LA MENTHE

INGRÉDIENTS

- ·1.2 kg d'haricots verts
- 2 poivrons rouges
- 100 g d'amandes effilées
- 2 c-à-s de vinaigre
- 1 c-à-s de moutarde
- 5 c-à-s d'huile
- 6 feuilles de menthe

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS DE CUISSON : 30MN
TEMPS TOTAL : 1H

PRÉPARATION

Équeuter les haricots verts puis les laver les à l'eau froide.

Plonger les haricots verts dans une casserole d'eau bouillante salée pendant 10 minutes.

Égoutter et rafraîchir sous l'eau froide.

Dans un bol, mélanger le vinaigre, la moutarde, l'huile et la menthe ciselée. Assaisonner. Verser sur les haricots et mélanger.

Découper les poivrons en lanières et les faire revenir dans une poêle avec de l'huile.

Laisser les lanières de poivrons refroidir.

Ajouter à la salade et saupoudrer d'amandes effilées.

Réserver au réfrigérateur.