



# SALADE FRAICHEUR CONCOMBRE, COURGETTE, CITRONNELLE

## INGRÉDIENTS

- 1 concombre
- 2 petites courgettes
- 1 cuillère à soupe de fêta émietlée
- Basilic
- Citronnelle
- 1 filet de jus de citron
- 1 c-à-s d'huile d'olive
- Sel et poivre
- 1 c-à-s de graines de courge

## PRÉPARATION

Laver le concombre (qu'on épluchera partiellement si la peau est jolie) et les courgettes.

Couper les extrémités puis les couper en deux dans le sens de la longueur et retirer les pépins à l'aide d'une cuillère.

Avec un économiseur de type rasoir ou avec une mandoline pour ceux qui en ont une, détailler les légumes en tagliatelles.

Sur une planche avec un gros couteau, émincer le cœur d'un bâton de citronnelle.

Laver, sécher et émincer le basilic.

Dans un saladier, mélanger les tagliatelles de concombre et de courgette puis ajouter la citronnelle, le basilic, la feta, l'huile d'olive, le citron et les graines de courge. Saler et poivrer.

Laisser mariner une heure au frigidaire, mélanger avant de servir et ajuster l'assaisonnement si besoin

**TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN**  
**TEMPS TOTAL : 30MN**  
**+ TEMPS DE MARINADE**