



SALADE COMPOSEE, COURGE ET SPECK



Ingrédients pour 4 personnes : 200gr de mesclun (ou autre type de mélange) lavé et essoré, 12 tranches de courge (pas trop épaisses), 6 tranches de speck, 4 c. à soupe d'huile d'olive vierge extra, 1 c. à soupe de jus de citron, une poignée d'amandes grossièrement hachées, sel et poivre.

Allumez le four à 180°C. Coupez les tranches de speck en deux, dans le sens de la longueur, puis enveloppez la courge. Déposez-les sur la plaque du four, recouverte de papier sulfurisé. Arrosez avec une cuillère d'huile d'olive et enfournez pendant 20 minutes : la courge doit être moelleuse et le speck croquant.

Pendant ce temps, préparez la citronette. Dans un petit bol, mélangez le jus de citron, une pincée de sel et de poivre. Ajoutez l'huile restante, petit à petit, en émulsionnant bien la sauce. Assaisonnez la salade avec la citronette, ajoutez les amandes et mélangez. Dressez la salade dans 4 assiettes, ajoutez les tranches de courge et servez !