

Salade de fenouil et poires

A La Distasio

Ingrédients

- 2 échalotes françaises émincées
- Oeufs de mullet ou de hareng ou autres poissons (facultatif)
- 1/2 bulbe de fenouil émincé
- 1 poire ou une pomme ferme émincée
- Le zeste de 1 citron finement râpé
- Le jus de 1 citron
- 1 bon filet d'huile d'olive
- 1 conserve de sardines à l'huile d'olive (facultatif!) C'est délicieux sans sardines
- Croûtons de pain, au goût *
- Sel et poivre du Moulin

Préparations

Dans un grand saladier, mélanger les échalotes, les œufs de poisson, le fenouil, la poire, le zeste de citron, le jus de citron et l'huile. Assaisonner. Ajouter les sardines et l'huile de la conserve et mélanger délicatement. Ajouter les croûtons et servir.

**Si vous voulez faire les croûtons, déchirer 1 pain ciabatta ou un quart de baguette en morceaux d'environ 1 cm (1/2 po). Déposer sur une plaque de cuisson et bien enrober d'huile d'olive, assaisonner et cuire au four à 175 °C (350 °F) jusqu'à l'obtention d'une belle coloration dorée.*

Variante :

Remplacer les sardines par du thon en conserve.