



À CÔTÉ



SALADE TIÈDE DE LENTILLES ET DE SAUCISSES

PORTIONS

4

CUISSON

20 minutes

INGRÉDIENTS

*Note : les ingrédients marqués d'une * se retrouvent aux Halles Fleur de Lys.*

1 tasse de lentilles sèches rincées plusieurs fois et égouttées*

3 c. à table de vinaigre de cidre ou de vin rouge*

2 c. à thé de moutarde de Dijon*

¼ t. d'huile d'olive*

100 g de cheddar fort coupé en cubes

1 poivron jaune, orange ou rouge épépiné et coupé en cubes*

1 gousse d'ail finement hachée

2 grosses saucisses jambon et érable*

Quelques feuilles de laitue

Sel, poivre frais moulu.

Qui a dit que les salades se devaient d'être toujours froides ? Cette salade tiède de lentilles séduit grâce à sa vinaigrette à la moutarde et aux morceaux de fromage qui fondent en bouche !

INSTRUCTIONS

- 1 Plonger les saucisses dans un chaudron d'eau bouillante et laisser cuire pendant 12 à 15 minutes.
- 2 Égoutter les saucisses et les laisser refroidir un peu, puis les trancher en rondelles.
- 3 Préparer la vinaigrette en mélangeant, dans un petit bol, le vinaigre, la moutarde et l'ail. Incorporer graduellement l'huile jusqu'à l'obtention d'une consistance homogène.
- 4 Dans une casserole, plonger les lentilles dans 2 tasses d'eau. Ajouter une pincée de sel. Porter à ébullition, puis réduire à feu doux et cuire pendant 15 minutes jusqu'à ce que les lentilles deviennent tendres. Égoutter.
- 5 Ajouter les lentilles, les poivrons et les tranches de saucisse à la vinaigrette (on peut également servir les saucisses entières, accompagnées de salade de lentilles).
- 6 À l'aide d'une cuiller, répartir la salade de lentilles dans 4 assiettes, sur un lit de laitue.
- 7 Garnir la salade de cubes de fromages.