

SALADE DE POMMES DE TERRE, THON & CÂPRES



TEMPS DE
PRÉPARATION
-30 MIN.

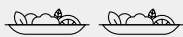


DIFFICULTÉ
FACILE



TEMPS DE
CUISSON
-30 MIN.

INGRÉDIENTS



Pour 2 personnes

400 g pommes de terre
1 boîte de thon (110 g)
2 œufs

- sauce -

4 c. à soupe câpres
persil, échalote
2 c. à soupe huile olive
sel, poivre 5 baies

- salade -

70 g pousses épinards
1 ½ c. à soupe vinaigre balsamique
½ c. à soupe huile olive



À PRÉPARER À L'AVANCE

Quelques jours à 1h avant, faites cuire les pommes de terre à l'eau et les œufs durs. En général, je prépare ça la veille, et pour gagner du temps, je mets les pommes de terre épluchées dans une grande casserole remplie d'eau, je mets sur feu vif, et je programme 10 minutes. Dès que ça bouillonne, il faut baisser sur feu moyen. À la sonnerie, j'ajoute délicatement les œufs avec une grande cuillère et je prolonge la cuisson de 10 minutes. 😊

Si c'est pour utiliser un autre jour, égouttez et laissez complètement refroidir. Transvasez les pommes de terre dans un saladier ou une assiette creuse et filmez. Posez les œufs dans un petit bol. Réservez les 2 au frais.



Commencez par préparer la sauce.

Versez dans le bol de la moulinette les câpres, un peu de persil, de l'échalote émincée, et l'huile d'olive. Saupoudrez de sel et de poivre 5 baies du moulin, puis lancez la moulinette et hachez le tout pour obtenir une pâte aux câpres.

Dans un saladier, mélangez les pommes de terre cuites coupées en morceaux avec le thon émietté à la fourchette. Saupoudrez de poivre 5 baies du moulin. Ajoutez la sauce aux câpres et mélangez bien.

Écalez les œufs durs (je les fais rouler sur le plan de travail pour fissurer la coquille, et s'ils sont suffisamment cuits et bien refroidis, ça se retire tout seul 😊) Coupez les en tranches et déposez sur les pommes de terre.

Dans un bol, assaisonnez les pousses d'épinards : versez le vinaigre balsamique et l'huile d'olive et mélangez.

Vous pouvez servir 😊