



SALADE D'ÉTÉ AUX FRAISES, HALLOUMI GRILLÉ ET ASPERGES VERTES

Ingrédients :

(Pour 4 personnes)

- 250 g de petit épeautre
- 1 botte d'asperges vertes
- 4 cuill à soupe de câpres
- 2 cuill à soupe d'huile d'olive
- 250 g d'halloumi
- 1 citron
- 100 g de petits pois crus ou décongelés
- 1 botte de radis ronds
- 200 g de fraises

Vinaigrette :

- 1 oignon nouveau
- 5 brins de basilic
- 5 brins d'aneth
- 100 ml d'huile d'olive
- 3 cuill à soupe de vinaigre balsamique blanc
- Sel et poivre du moulin

Progression :

Rincez l'épeautre. Cuire à couvert et à feu doux pendant 40 min environ dans 4 fois son volume d'eau. Rincez sous l'eau froide. Faites préchauffer le four à 200°C.

Retirez le pied des asperges et coupez le reste en tronçons de la taille des têtes d'asperges. Déposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, ajoutez les câpres. Arrosez d'huile d'olive, de sel et mélangez bien. Coupez l'halloumi en deux dans l'épaisseur et découpez sur une des deux faces des croisillons d'1 cm de profondeur, disposez-les sur les plaques.

Coupez le citron en 4, ajoutez les quartiers aux autres ingrédients sur la plaque, enfournez 10 à 15 min le temps que le fromage soit doré.

Rincez les radis et les fraises et coupez-les en fines rondelles. Dans une assiette versez un peu d'épeautre, des radis, des rondelles de fraises, des asperges, des câpres, un quartier de citron grillé.

Préparez la vinaigrette : ciselez les herbes et l'oignon nouveau, versez dans un bol avec l'huile et le vinaigre, du sel et du poivre.

Fouettez bien puis ajoutez les petits pois.

Ajoutez l'halloumi et arrosez de vinaigrette. Servez pendant que le fromage est encore chaud.