

Salade-in-box de haricots verts et tomates, œuf et oignons rouge



Préparation : 20 minutes

Cuisson : 20 minutes

Pour 2 personnes :

- 2 œufs
- 200 g de haricots verts
- 1/2 oignon rouge
- 10 tomates cerises
- 4 cuillerées à soupe de vinaigre balsamique
- 4 cuillerées à soupe d'huile de sésame
- sel
- piment d'Espelette

1. Faire cuire les œufs environ 10 minutes. Les réserver au frais.

2. Équeuter et laver les haricots verts. Les faire cuire 10 à 15 minutes dans de l'eau bouillante légèrement salée. Dès la fin de la cuisson, les sortir avec une écumoire et les plonger dans un saladier d'eau et de glaçons. Les égoutter de nouveau et réserver.

3. Éplucher l'oignon et le couper en tranches fines. Couper les tomates en deux. Préparer la vinaigrette en mélangeant le vinaigre balsamique et l'huile de sésame. Saler et assaisonner de piment d'Espelette.

4. Dans une boîte, disposer les différents ingrédients. Présenter la vinaigrette à part. Servir bien frais.

Recette publiée par Nanie sur <http://naniecuisine.canalblog.com>