

# SALADE DE LINGOTS COURGETTES ET PARMESAN



UNE RECETTE ÉLABORÉE AVEC NOTRE PRODUIT



Lingots blancs  
5 kg



4  
PERS.



20  
MIN.



1  
HEURE

## INGRÉDIENTS

- 400 g de lingots blancs Vivien Paille
- 300 g de tomates cerises
- 200 g de courgettes
- 1/2 sachet de mélange de jeunes pousses
- 1/2 sachet de roquette
- 2 boîtes de filets d'anchois
- 1 botte de basilic,
- 200 g de parmesan
- Huile d'olive au citron
- Vinaigre balsamique blanc
- Sel, poivre.

## ÉTAPES DE LA RECETTE

1. Cuire les Lingots puis les refroidir.
2. Couper les courgettes en très fines lamelles dans le sens de la longueur.  
Couper les tomates en cube.  
Hacher le basilic.
3. Mélanger le tout puis ajouter le parmesan, le mélange de jeunes pousses ainsi que la roquette.
4. Hacher les anchois, ajouter une cuillère de moutarde puis le vinaigre balsamique, terminer avec l'huile d'olive.
5. Assaisonner puis mélanger l'ensemble.
6. Décorer avec quelques copeaux de parmesan.