

Salades

Salade de pastèque aux olives


10 min 10 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

171

CALORIES

 Ingrédients
pour 4 personnes

0.25 **Pastèque(s)**
 150 g **Feta**
 1 **Oignon(s) rouge(s)**
 15 g **Olives noires**
 1 **Huile d'olive**
 1 **Piment d'Espelette**
 0.5 botte(s) **Menthe fraîche**

Étape 1

Découpe et dressage

- 1 Découper une belle tranche de pastèque et retirer la peau.
- 2 Couper la pastèque en cubes d'environ 2 cm.
- 3 Disposer les morceaux de pastèque dans le récipient de dressage.
- 4 Couper la fêta en gros dés, et les disposer avec la pastèque.
- 5 Peler et émincer l'oignon en lamelles, puis en parsemer la pastèque et la fêta.
- 6 Effeuille la menthe puis la ciseler, et la réserver.
- 7 Découper les olives noires en fines rondelles et les ajouter à la salade, puis parsemer le tout de menthe ciselée.

Étape 2

Préparation de la vinaigrette

- 1 Couper un citron vert et le presser directement dans la salade
- 2 Verser un filet d'huile d'olive et saupoudrer le tout d'un peu de piment d'espelette.