

Salade espagnole au quinoa



Pour 4 personnes

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 17 minutes

- 150 g de quinoa
- 6 tranches fines de chorizo
- 2 tomates
- 1/4 de poivron rouge
- 1/4 de poivron vert
- 3 c à soupe de maïs en grains
- 8 olives noires
- 1 petit oignon rouge
- 1 gousse d'ail
- 1 c à dessert d'huile d'olive
- 1 c à soupe de gros sel (pour la cuisson du quinoa)

Vinaigrette :

- 1 c à soupe de vinaigre de xérès
- 3 c soupe d'huile d'olive
- 1 c à dessert de moutarde
- Sel
- Poivre

Déco pour une version verrine :

- 2 olives noires
- quelques feuilles de persil plat

Faites cuire le quinoa dans l'eau bouillante salée pendant 12 minutes (se reporter également sur les indications sur le paquet). Égouttez et réservez dans un saladier.

Pendant la cuisson du quinoa, préparez la découpe de la garniture. Coupez le poivron rouge et vert en petits dés. Émincez l'oignon rouge. Coupez les tomates en petits dés. Coupez les olives noires en deux. Coupez le chorizo en petits morceaux à l'aide de ciseaux si votre chorizo est en tranches fines.

Faites chauffer 1 c à dessert d'huile d'olive dans une poêle. Ajoutez l'ail écrasé, les dés de poivrons et les morceaux de chorizo. Faites cuire 5 minutes à feu moyen en mélangeant souvent. Laissez tiédir.

Incorporez la poêlée de poivron/chorizo dans le quinoa. Ajoutez les grains de maïs et les dés de tomates. Ajoutez l'oignon rouge et les olives noires. Mélangez.

Préparez la vinaigrette : Dans un petit ravier, mélangez le vinaigre de xérès et la moutarde. Salez et poivrez. Versez l'huile d'olive en émulsionnant à l'aide d'une fourchette.

Versez la sauce sur la salade et mélangez de nouveau. Rectifiez l'assaisonnement en sel et en poivre, si besoin.

Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

Vous pouvez servir votre salade dans des verrines décorée avec une demi olive noire et une feuille de persil.