

Salade de légumes grillés et roquette au jambon cru

Préparation 30 mn

Cuisson 40 mn

Les ingrédients pour 6 personnes :

4 poivrons (vert, rouge, jaune, orange 1 de chaque couleur)

2 aubergines

4 courgettes

150 g de roquette

100 g de parmesan en bloc

6 tranches de jambon de Parme

4 c à s de pignons

Huile d'olive

Sel et poivre du moulin

1/2 c à c de piment d'Espelette

2 c à s de vinaigre de Xérès

Préchauffer le four à 220° et y faire griller les poivrons en les retournant régulièrement jusqu'à ce que la peau noircisse de tous côtés. les sortir alors du four et les emballer dans du papier aluminium. Les laisser refroidir.

Pendant ce temps laver les courgettes et les aubergines, les essuyer et les couper en lamelles de 2 mm environ (une mandoline vous facilitera la tache).

Faire chauffer de l'huile d'olive dans 2 très grandes poêles et y faire revenir les lamelles de légumes à feu vif d'abord puis à feu moyen pendant environ 10 mn. Retourner à mi-cuisson toutes les lamelles. Les égoutter ensuite sur du papier absorbant. pour retire l'excédent d'huile. Les aubergines sont particulièrement gourmandes d'huile.

Peler les poivrons refroidis, éliminer les pépins et retirer le pédoncule, puis couper la chair en lanières.

Faire griller les pignons à sec dan une poêle antiadhésive.

Laver et essorer la roquette et détailler le parmesan en copeaux avec un économe.

Mélange tous le légumes, ajouter la roquette, les copeaux de parmesan, le jambon effiloché et les pignons.

Arroser l'ensemble d'une vinaigrette faite avec huile d'olive, vinaigre de Xérès, sel et poivre. Ajouter un peu de piment d'Espelette. Remuer délicatement et servir froid mais non glacé.

Vin conseillé : un Chenin d'Afrique du Sud

Soyez généreux en vinaigrette. Vous serez obligés de pratiquer en plusieurs fois pour faire griller les tranches de courgettes et d'aubergines. C'est certes un peu long à préparer mais vous serez récompensés à la dégustation.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>