

Salade grecque et son pain grillé à l'origan

Pour la version sans lactose, oublie la feta.

Recette pour 6 personnes

salade

400 g de pois chiches cuits, égouttés (en bocal)

180 g d'olives en tranches (noires ou vertes)

1 gros concombre coupé en dés

500 g de tomates cerise coupées en 2

200 g de feta coupée en cubes ou émietée

sauce

2 C à soupe de vinaigre de vin rouge

½ C à café d'origan

1 C à café de moutarde de Dijon

3 C à soupe de jus de citron

4 C à soupe d'huile d'olive

1 gousse d'ail (grosse)

½ C à café de sucre

¼ C à café de poivre

pain grillé

6 pains plats

1 C à café d'origan sec

½ C à café de fleur de sel

2 C à soupe d'huile d'olive

Préparation

Prépare d'abord la sauce, mélangeant tous les ingrédients dans un bocal avec un couvercle. Referme le et agite le dans tous les sens pour bien émulsionner le tout.

Dans un grand saladier mélange tous les ingrédients de la salade. Réserve au réfrigérateur.

Fais chauffer une poêle sur feu moyen-vif (tu peux aussi utiliser un grille-pain, ou la fonction grill de ton four). Fais griller les pains 1 à 1 (1 minute par face), puis badigeonne les d'huile et assaisonne avec l'origan et le sel. Superpose les au fur et à mesure et couvre d'un torchon pour qu'ils restent chauds.

Mélange la salade avec la sauce. Sers immédiatement accompagné des pains grillés.

