

Salade tiède de pissenlits aux boutons d'ail des ours

Ingrédients

Un panier de pissenlits un peu trop gros pour être mangés crus
Boutons floraux d'ail des ours
Vinaigre de cidre
Huile d'olive
Sel, poivre

***NB** : la quantité de pissenlits peut paraître excessive mais ceux-ci vont beaucoup réduire à la cuisson.*

Préparation

Nettoyer et laver soigneusement les pissenlits en ne conservant que les feuilles (raccourcir éventuellement un peu le pétiole) et les inflorescences non encore écloses (à ne pas confondre avec celles refermées sur les fruits après floraison !) en raccourcissant un peu le pédoncule.

Laver et sécher les boutons floraux d'ail des ours, en raccourcir aussi un peu le pédoncule.

Amener de l'eau salée à ébullition dans un fait-tout. Lorsqu'elle bout, y plonger les pissenlits. Les laisser cuire 5 à 10 minutes, ce qui les attendrit et en atténue l'amertume.

Pendant ce temps, préparer une vinaigrette dans un saladier avec vinaigre, huile, sel et poivre.

Verser le contenu du fait-tout sur une passoire et bien presser les pissenlits cuits pour en exprimer l'eau.

Mettre les pissenlits dans le saladier en les décompactant, les parsemer de boutons floraux d'ail des ours et bien mélanger avec la vinaigrette.

Servir aussitôt cette salade encore tiède accompagnée d'œufs mollets.

Recette : Martine Desbureaux