



Salade de tomates, concombre et champignons au yaourt et menthe fraîche

Ingrédients pour 4 personnes :

4 petites tomates
½ concombre
50gr champignons de paris
4cl d'huile d'olive
1 cl de vinaigre
1 yaourt nature
½ gousse d'ail
4 brins de menthe fraîche
Sel et poivre
1 citron

Ingrédients pour 100 personnes :

100 petites tomates
15 concombres
1,250gr de champignons de paris
10dl d'huile d'olive
25cl de vinaigre
25 yaourts nature
5 gousses d'ail
2 bottes de menthe
Sel et poivre
10 citrons

Progression de la recette :

Mondez les tomates (les plonger dans une eau bouillante 20 secondes les rafraichir et retirer la peau) couper le chapeau de la tomate la vider, assaisonnez de sel et poivre pour la garnir de concombre au yaourt.

Epluchez le concombre et le tailler à la mandoline en julienne.

Assaisonner avec le yaourt la pointe d'ail haché bien mélanger et ajouter la menthe hachée.

Couper les champignons de paris en bâtonnet les citronner et les ajouter au mélange précédent.

Servir sur les assiettes individuelles en prenant soin d'intercaler la tomate avec le concombre.

Réalisez une vinaigrette avec le citron l'huile et le vinaigre ajouter un peu de menthe ciselée.

Servir sur l'assiette avec la tomate garnie.

Décorez avec une feuille de menthe.

La Semaine du goût 2009 - Le Conseil général des Yvelines avec Éric Léautey