

3 recettes de salades pour passer l'hiver

La campagne européenne « A slice of Quality – Choose PDO and PGI Deli meats from Europe » veut prouver que la salade a sa place à table, même en hiver.

BRUXELLES, BELGIQUE, January 29, 2024 /EINPresswire.com/ -- Bruxelles, le 29 janvier 2024 - Qui a dit que la salade était exclusivement un plat d'été, destiné notamment à accompagner les pique-niques et barbecues ? Avec trois recettes qui remettent la salade au cœur de l'assiette, la campagne européenne « A slice of Quality – Choose PDO and PGI Deli meats from Europe » veut prouver qu'elle a sa place à table ou lors du lunch, même en hiver. Ici pas de salade fade ou peu rassasiante, le focus est mis sur des recettes qui allient produits de saison et charcuteries italiennes, pour un maximum de nutriments, de vitamines et d'énergie pour affronter la fraîcheur hivernale.

Les 3 recettes sont établies pour 4 personnes

Salade de [Salamini italiani alla Cacciatora DOP](#), pois chiches, tomates séchées, cœurs d'artichaut et pommes de terre

Les Salamini italiani alla Cacciatora DOP offrent une texture et une saveur inégalable. Pour obtenir ce goût si savoureux, seuls les morceaux nobles de porc sont utilisés et sont parsemés de sel, de poivre et d'une pincée d'ail, rien de plus. Le processus de maturation fait le reste. Alors,

a SLICE *of*
QUALITY
choose **PDO & PGI**
DELI MEATS
FROM EUROPE



pour découvrir ce produit autrement que sur une tranche de pain, rien de tel qu'une salade composée avec quelques morceaux des Salamini italiani alla Cacciatora DOP.

Ingrédients

- Salamini italiani alla Cacciatora DOP
- 15 tomates séchées
- 4 petites pommes de terre
- 1 échalote
- 250 gr de pois chiches
- Quelques feuilles de basilic
- Huile d'olive
- Romarin
- Sauge
- Thym



Instructions

1. Couper les tomates séchées en deux.
2. Éplucher les pommes de terre, les couper en cubes et les faire cuire 10 minutes dans de l'eau bouillante salée.
3. Une fois cuites, les égoutter et les laisser refroidir.
4. Faire revenir doucement l'échalote avec le romarin haché et une fois l'oignon bien doré, ajouter les pois chiches et les faire sauter pendant quelques minutes.
5. Couper les Salamini italiani alla Cacciatora DOP en tranches de 0,5 mm de large sur 2 cm de long.
6. Assaisonner l'huile avec le basilic, la sauge, le romarin et le thym hachés, puis saler et mélanger.
7. Mettre les pommes de terre, l'huile aromatisée, les pois chiches, les tomates séchées et le Salamini italiani alla Cacciatora DOP dans un grand saladier.
8. Tout mélanger délicatement et servir dans une assiette profonde.

Salade d'hiver au [Cotechino Modena IGP](#)

En Italie, le Cotechino est généralement dégusté accompagné de lentilles la nuit du 31 décembre au 1er janvier, après minuit, pour porter chance durant l'année à venir. Cependant, il peut bien entendu être apprécié à sa juste valeur à d'autres moments de l'année. Coupé en fines tranches, bien cuites et grillées et délicatement déposées sur une salade bien assaisonnée, c'est une véritable pépite !

Ingrédients

- 1 Cotechino Modena IGP
- 2 fenouils
- 70 g de raisins secs
- 80 g de fruits secs
- 250 g d'épinards
- 2 branches de céleri
- Le jus d'un citron
- Huile d'olive extra vierge
- Sel rose
- Poivre

Instructions

Pour le Cotechino Modena IGP:

Placer le Cotechino Modena IGP dans de l'eau bouillante. Une fois prêt, le retirer de son enveloppe et le laisser refroidir d'abord à température ambiante, puis au réfrigérateur pendant environ 1 heure.

Pour la salade d'hiver :

- Préparer une émulsion avec du sel, du jus de citron et du poivre.
- Défibrer les côtes de céleri les plus tendres et les couper en rondelles.
- Faire tremper les raisins secs quelques minutes pour les réhydrater.
- Hacher finement le fenouil et le mettre dans un bol.
- Ajouter les épinards, le céleri, les raisins secs et les fruits secs et assaisonner d'huile, de sel et de poivre.
- Couper le Cotechino Modena IGP en fines tranches, les poêler quelques minutes et les disposer dans une assiette sur la salade.
- Assaisonner avec l'émulsion de citron et servir.

Conseils d'utilisation pour le Cotechino Modena IGP :

Pour pouvoir couper des fines tranches facilement, il suffit de placer le Cotechino Modena IGP dans le réfrigérateur pendant une petite heure, avant de les faire revenir dans une poêle.

Salade de chicorée à la burrata et à la [Mortadella Bologna IGP](#)

Avec son goût délicat et sa texture soyeuse, la Mortadella Bologna IGP est bien plus qu'un simple ingrédient; c'est une expérience culinaire. Cette délicieuse charcuterie est très appréciée en dehors des frontières italiennes et peut se déguster simplement lors d'un apéro ou encore dans une salade gourmet. Cap sur une recette simple mais savoureuse.

Ingrédients

- Mortadella Bologna IGP, 200 g en tranches épaisses
- 400 gr de chicorée ou de sucrine
- 1 boule de Burrata
- 1 filet d'huile d'olives
- Sel, selon le goût
- Poivre, au goût

Instructions

1. Laver la chicorée, la couper en tranches et la mettre dans un bol avec de la glace pendant environ une demi-heure.
2. Couper la Mortadella Bologna IGP en lanières d'environ un centimètre de large.
3. Composer les assiettes en plaçant la chicorée bien égouttée, la saler et l'assaisonner d'un peu de vinaigre.
4. Déposer un quart de la burrata sur chaque assiette et terminer par les lamelles de mortadelle.

Caroline Mouzon

Ribbon Agency

+32 498 97 87 57

[email us here](#)

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/684588059>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2024 Newsmatics Inc. All Right Reserved.