

Poireaux vinaigrette

plaisir à savourer quotidiennement

Ingrédients pour 1 personne

- 1 ou 2 poireaux selon leurs tailles
- Pour la vinaigrette
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 petite cuillère à soupe d'eau
- Graines, oléagineux (noix, noisettes, amandes...) et épices selon vos envies et vos goûts (liste sur le site)

Préparation 10 minutes / Cuisson 15-30 minutes

- Mettre une casserole d'eau à chauffer
- Couper le bout des blancs des poireaux (les pieds) et les fendre en deux
- Rincer les poireaux
- Lorsque l'eau est à ébullition plonger les poireaux et les faire cuire 20-30 minutes dans l'eau bouillante où 10 minutes à l'auto-cuiseur
- Pendant ce temps préparer la vinaigrette: mélanger la moutarde et le vinaigre, ajouter l'huile mélanger puis l'eau et mélanger
- Ajouter des épices dans la vinaigrette si vous le souhaitez
- Égoutter les poireaux, laisser tiédir
- Déguster tiède avec la vinaigrette

Accompagnement

- Vous pouvez servir ces poireaux en entrée dès que celle si vous fait envie ! Vous pouvez servir cette entrée pour un plateau télé, en coupant vos poireaux en tronçons après la cuisson.

Diétôdélices