



35 Place de l'Eglise, 72 560 Changé
mickael.doire@traditionsarthoise.fr



Facile



4 personnes



15 min de préparation



20 min de cuisson

Salade de langue de bœuf à l'italienne



Suggestions:

Anjou rouge

Alsace Pinot Noir

Ingrédients

500g de langue de bœuf
200g de pâtes penne
400g de brocolis
1/2 poivron vert
1 oignon
3 gousses d'ail
30g d'olives noires
dénoyautées
2 cuillères à soupe
d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de
vinaigre balsamique
2 cuillères à soupe de
moutarde
2 cuillères à soupe de
cerfeuil
Sel et poivre

Préparation

- 1 La veille, faire cuire la langue 2 heures au court-bouillon (1h en autocuiseur) et la conserver au frais.
- 2 Faire cuire les pâtes « al dente » dans un grand volume d'eau bouillante salée. Coupez la langue en tranches fines.
- 3 Faire blanchir les bouquets de brocolis 7 minutes à l'eau bouillante salée. Couper les poivrons en deux dans le sens de la longueur, les épépiner et les couper en lanières. Faire chauffer l'huile dans une poêle et faire revenir le poivron. Couper les olives en deux.
- 4 Mettre tous les ingrédients dans un grand saladier, ajouter le vinaigre mélangé avec la moutarde et l'ail pressé, poivrer et mélanger. Parsemer de cerfeuil ciselé et servir.



Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Vous pouvez remplacer la vinaigrette par un coulis de tomates prêt à l'emploi et ajouter un peu d'huile pimentée.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsarthoise.fr

Donnez votre avis sur Tradition Sarthoise