

Recettes « buffet fraîcheur »

Ingrédients pour la salade de figues (Par personne)

1 figue
1 tranche de jambon cru
½ boule de mozzarella de buffalo
1 cuillère à soupe de miel
1 cuillère à café de vinaigre de miel (Melfort)
1 cuillère à soupe d'huile d'olive vierge extra



Préparation :

Lavez et coupez les figues en réalisant une incision en forme de croix sur le dessus. Appuyez sur la base de la figue afin qu'elle s'ouvre comme une fleur et placez les sur une grande assiette.

Déchiquez le jambon cru et coupez la mozzarella. Placez l'ensemble autour des figues.

Préparez la vinaigrette sucrée en mélangeant les 3 ingrédients. Nappez l'assiette au moment de servir.



Ingrédients pour la salade de haricots (Par personne)

100g de haricots vert et beurre (frais)
Une cuillère à soupe de moutarde
Une cuillère à soupe d'huile d'olive
Une cuillère à café de miel
Une pincée de thym

Préparation :

Équeutez et lavez les haricots. Cuisez les 10 minutes dans l'eau bouillante. Egouttez et laissez les refroidir.

Mélanger les ingrédients de la vinaigrette et versez sur les haricots.

Placer au réfrigérateur jusqu'au moment de servir