

## SOUFFLETES EMMENTAL *en salade estivale*



Plat



Quenelles &  
Soufflés



Nb. portions

4



Préparation

10 MIN



Cuisson

15 MIN



### INGRÉDIENTS

- 1 barquette de mini soufflés Emmental Saint Jean
- 2 tomates
- 1 concombre
- 2 jeunes courgettes
- 2 poignées de salades mélangées (mesclun, sucrine, roquette)
- Basilic
- Copeaux de parmesan
- 1 citron
- 1 oignon rouge
- 2 cuillères de tapenade noire
- Huile d'olive

### RECETTE

#### Préparation

- Laver et couper en petits cubes les tomates, le concombre, les courgettes.
- Laver et essorer la salade.
- Faire une vinaigrette avec le jus de citron, l'huile d'olive, l'oignon ciselé et la tapenade.
- Mélanger tous les ingrédients. Disposer un lit de salade sur les assiettes, parsemer de basilic et de copeaux de parmesan.
- Au dernier moment, déposer les mini soufflés emmental préalablement cuits 15 minutes au four à 210°.