SALADE DE CROZETS *aux légumes d'été, tzatziki et menthe*

Plat	Crozets et Tagliatelles	Nb. portions	Préparation	Cuisson
		4	15 MIN	40 MIN



INGRÉDIENTS

- **1 sachet de Crozets frais Saint Jean**
- 1 aubergine
- 1 oignon
- 1 courgette
- 1 poivron
- 2 tomates
- 2 gousses d’ail
- ½ concombre
- Quelques branches d’aneth
- 1 yaourt grec
- Quelques feuilles de menthe
- Huile d’olive
- 1 citron vert
- Sel
- Poivre

RECETTE

Préparation des légumes

- Emincer l’oignon et le poivron, hacher une gousse d’ail, et couper l’aubergine, la courgette, et les tomates en petits dés
- Dans une grande poêle et avec de l’huile d’olive, faire revenir l’oignon et l’ail haché jusqu’à légère coloration
- Ajouter ensuite les poivrons, l’aubergine et la courgette, et poursuivre la cuisson jusqu’à coloration
- Ajouter ensuite les tomates et laisser mijoter une vingtaine de minutes à couvert
- Après 20 minutes de cuisson, enlever le couvercle et poursuivre la cuisson jusqu’à évaporation complète du liquide
- Assaisonner de sel et de poivre et réserver au frais

Préparation du tzatziki

- Eplucher, épépiner, et râper le concombre et le faire dégorger avec un peu de sel pendant 15 minutes
- Egoutter puis mélanger avec une gousse d’ail hachée, le yaourt grec, un filet d’huile d’olive, l’aneth ciselée et un trait de jus de citron vert
- Rectifier l’assaisonnement et réserver au frais

Cuisson des crozets

- Cuire les crozets 4 minutes dans une eau bouillante salée (10g de sel pour 100g de crozets environ)
- Egoutter les crozets dans une passoire et rincer abondamment à l’eau froide jusqu’à la refroidissement complet des crozets
- Egoutter une nouvelle fois puis mélanger les crozets avec un filet d’huile d’olive afin d’éviter que les crozets ne s’agglomèrent
- Mélanger les crozets aux légumes froids et assaisonner d’un trait de citron vert et de menthe ciselée
- Réserver au frais

Dressage

- Disposer le mélange de crozets et légumes au centre de l’assiette
- Ajouter une cuillère de tzatziki à côté
- Surmonter d’une feuille de menthe
- Déguster !