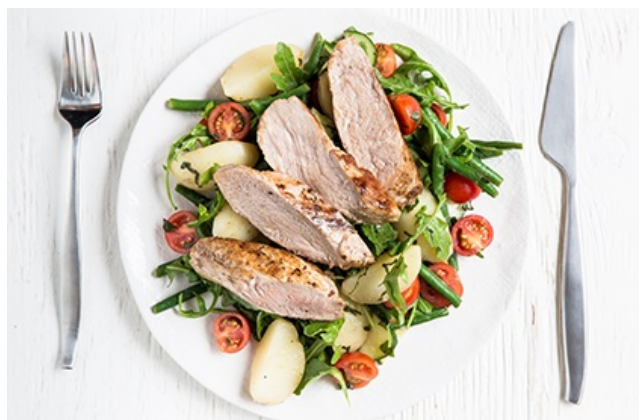


# SALADE NIÇOISE À LA LONGE DE PORC

NIVEAU DE  
DIFFICULTÉ



## VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

497  
CALORIES

25 g  
PROTÉINES

35 g  
GLUCIDES

29 g  
MATIÈRES GRASSES

15  
minutes  
PRÉPARATION

Aucune  
CUISSON

4 à 6  
PORTIONS

## COUPES



Longe

## INGRÉDIENTS

1 lb	Rôti de longe de porc du Québec, cuit et coupé en lanières	454 g
4 tasses	Roquette ou laitue frisée	1 L
2 tasses	Pommes de terre grelots cuites, coupées en deux	500 ml
2 tasses	Haricots verts cuits	500 ml
1	Barquette de tomates cerises, coupées en deux	1
2	Mini-concombres, tranchés	2

## VINAIGRETTE

1/2 tasse	Huile d'olive	125 ml
3 c. à table	Vinaigre de vin	45 ml
2 c. à table	Moutarde de Dijon	30 ml
2 c. à table	Basilic frais, déchiré	30 ml
Au goût	Sel et poivre du moulin	Au goût

## PRÉPARATION

1. Préparer la vinaigrette. Dans un bocal, verser tous les ingrédients de la vinaigrette. Visser le couvercle et remuer vigoureusement. Réserver.
2. Répartir la laitue dans 4 assiettes. Y déposer les légumes puis la viande. Arroser de vinaigrette. Servir immédiatement.