

Salade de tomates, thon et concombre



Entrée **Facile**

Pour : 6 personnes

Préparation : 20 mn

Au jardin... c'est le moment de la récolte ! C'est aussi le moment de la dégustation...

Ingrédients

- 4 tomates
- 1 concombre
- 200 g de thon au naturel
- 200 g d'olives vertes
- 1 citron
- quelques feuille de salade verte
- ciboulette
- 5 filets d'anchois
- 1 cs de moutarde
- huile d'olive
- vinaigre de miel
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Pelez, épépinez, lavez et coupez le concombre en lamelles. Lavez, pelez et coupez les tomates en quartiers. Lavez la salade et la ciboulette. Préparez une vinaigrette avec la moutarde, le sel, le poivre, le jus d'un citron, le vinaigre et l'huile. Émulsionnez bien la sauce vinaigrette.
- 2 Recouvrez le fond d'un saladier de feuilles de salade. Recouvrez d'un peu de tomates et de concombre. Ajoutez un peu de thon égoutté ainsi que quelques olives. Recommencez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.
- 3 Gardez au frais jusqu'au moment de la dégustation. Vous servirez cette salade fraîcheur accompagnée de la sauce vinaigrette. Bon appétit !

Proposé par



lesbonsrestaurants

Sylvie et Marc sont heureux de vous retrouver sur i'terroir pour quelques recettes de cuisine.

Vous pouvez, également, nous retrouver sur notre blog "**LES BONS RESTAURANTS**"

[Consulter son profil et ses recettes](#)

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

