

SALADE TOMATES COURGETTES ET FETA

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

FACILE	Coût faible
Préparation : 10 minutes	Dégorger : 30 minutes
4 personnes	1 passoire, 1 saladier

Ingrédients :

2 ou 3 courgettes
200 gr de feta
1 oignon
4 tomates
olives noires
basilic
sel, poivre

Préparation :

- 1 - Couper les courgettes en fines rondelles et les faire dégorger avec du gros sel dans une passoire environ 30 min (jusqu'à ce qu'elles soient tendres).
- 2 - Pendant ce temps, couper la feta en petits cubes, couper les tomates en petits quartiers, couper l'oignon en petit quartier.
- 3 - Mettre les courgettes avec la feta, les tomates, les oignons, les olives dans un saladier, ajouter le basilic.
- 4 - Mélanger avec une vinaigrette maison avec de l'huile d'olive, du vinaigre balsamique, du sel et du poivre.