

## *Salade Gourmande au Saumon Fumé, Asperges et Oeuf Mollet*

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 45 minutes

### Ingrédients:

- ASSORTIMENT DE SALADES	pour 2
- ASPERGE(S)	500g blanches
- MAIS (GRAINS)	3-4 c à soupe
- SAUMON FUME	120g
- CIBOULETTE	
- OEUF(S)	2
- MIEL	1 c à soupe
- VINAIGRE DE VIN ROUGE	2 c à soupe
- HUILE D'OLIVE	3-4 c à soupe
- AIL EN POUDRE	un peu
- SEL	
- POIVRE	

### Recette:

- Nettoyez et essorez la salade. Déposez-la dans le fond des assiettes.
- Découpez les tranches de saumon en lanière et répartissez-les sur la salade.
- Confectionnez la vinaigrette en mélangeant le miel (liquide – à chauffer légèrement s'il ne l'est pas) avec le vinaigre de vin rouge et l'huile d'olive. Salez et poivrez. Réservez.
- Pelez et coupez les pieds durs des asperges. Faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée pendant une dizaine de minutes. Egouttez.
- Faites chauffer de l'huile dans une grande poêle, plongez-y les asperges. Ajoutez un peu d'ail, sel et poivrez. Intégrez-y les grains de maïs. Réservez au chaud.
- Pendant ce temps, faites cuire les œufs mollets pendant 6 minutes dans de l'eau bouillante salée. Après ce temps, passez-les immédiatement sous l'eau froide puis égalez-les délicatement.
- Disposez le mélange asperges – maïs sur la salade. Assaisonnez avec la vinaigrette et saupoudrez de ciboulette. Déposez enfin l'œuf mollet au sommet et cassez-le délicatement.
- Servez sans attendre.

### Remarque:

Accompagnez de pain beurré.

