

Salade au camembert pané



Pour deux personnes

- 1 camembert bien dur
- 10 tomates cerise
- Une vingtaine d'olives noires à la grecque
- 2 cuillères à soupe de graines de courge
- 2 cuillères à soupe de graines de tournesol
- 1 œuf
- 1 laitue iceberg ou 1 salade romaine
- 4 cuillères à soupe de chapelure
- Sel, poivre

Dans une poêle antiadhésive, faire griller les graines de tournesol et courge quelques minutes, puis laisser de côté.

Découper le camembert en tranches épaisses (j'ai fait 6 tranches dans le mien). Il est important de ne pas prendre un camembert fait, il doit au contraire être bien plâtreux.

Casser l'œuf dans une assiette creuse, poivrer et battre à la fourchette. Mettre la chapelure dans une autre assiette creuse.

Prendre une tranche de camembert, la passer dans le jaune d'œuf (de tous les côtés), puis faire de même avec la chapelure. Déposer ensuite la tranche de fromage sur une assiette et procéder de même avec les autres morceaux de camembert.

Dans une poêle, faire chauffer de l'huile d'olive. Le fond de la poêle doit être recouvert. Déposer les tranches de fromage et faire revenir quelques minutes, puis retourner et faire de même. C'est prêt lorsque les tranches de camembert sont dorées de tous les côtés.

Répartir les feuilles de salade sur chaque assiette, ajouter les olives et les tomates cerise coupées en deux. Parsemer du mélange de graines, puis déposer trois tranches de fromage pané sur chaque assiette.

Assaisonner avec quatre cuillères à soupe de vinaigrette (dans chaque assiette) et servir.

Pour la vinaigrette, chacun fait selon ses goûts. Moi je n'utilise que du vinaigre balsamique, du sel et du poivre. En termes de proportions, je mets une cuillère de vinaigre pour trois cuillères d'huile d'olive.