

SALADE DE CHOU-FLEUR A L'ITALIENNE



Ingrédients pour 4 personnes

- 1 de chou-fleur
- 100g d'olives noires
- 100g d'olives vertes
- 60g de filets d'anchois
- 100g de poivrons rouges au vinaigre
- 50g de câpres
- 50g de cornichons
- 50g de carottes
- 4-5 cs de vinaigre rouge
- 3 cs d'huile d'olive vierge extra
- sel

Préparation

- Coupez le chou fleur en morceaux et faites-le bouillir dans l'eau salée pendant 10 minutes *en veillant à ce que les morceaux restent croquants*. Egouttez le chou-fleur et laissez-le dans la passoire pour qu'il refroidisse.
- Coupez les carottes en dés.
- Une fois froid, disposez le chou-fleur dans un plat et garnissez-le avec les *câpres* (que vous aurez rincés à l'eau courante), les *anchois*, les *olives entières*, les *cornichons*, les *carottes* les *poivrons rouges* coupés en petits morceaux.
- Dans un bol à part, préparez une sauce avec 4-5 cuillères d'huile d'olive et 3 de vinaigre de vin rouge. Ensuite, à l'aide d'une cuillère, nappez de sauce la salade de chou-fleur et servez à température ambiante.