

PUNTARELLE ALLA ROMANA



POUR 4 PERSONNES

- 1 salade *puntarella* de 800 g à 1 kg
- 1 gousse d'ail
- 8-10 filets d'anchois à l'huile d'olive
- 2 c. à soupe de vinaigre de vin blanc
- 5 à 6 c. à soupe d'huile d'olive vierge
- Sel, poivre du moulin

RECETTE

Préparation *puntarella*

Ôter les longues feuilles, garder le gros coeur vert clair ainsi que quelques côtes et pointes tendres.

A l'aide d'un grand couteau bien aiguisé tailler le coeur dans le sens de la longueur, en tranches de 1/2 cm, puis en lamelles quelques millimètres.

Les laver.

Disposer de l'eau et des glaçons dans un saladier et plonger les lanières pendant au moins 30 mn. Sous l'effet de l'eau glacée, celles-ci vont se débarrasser d'une partie de leur amertume et vont s'enrouler sur elles-mêmes pour prendre la forme de serpentins.

Préparer l'assaisonnement

Eplucher la (les) gousse(s) d'ail, la (les) dégermer et l'(les) écraser dans le fond d'un mortier.

Ajouter les filets d'anchois et piler à nouveau.

Verser le vinaigre et l'huile d'olive et piler de manière à obtenir une sauce un peu épaisse.

Rectifier l'assaisonnement en sel si besoin (attention : les anchois sont salés).

Égoutter les *puntarella* avec soin, les disposer dans un saladier, verser la sauce, bien mélanger, donner quelques tours de moulin à poivre et servir.