

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2017)
Heft: 92

Rubrik: Recette : panzanella ou la salade que même les enfants mangent

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

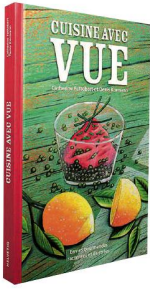
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 15.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Cuisine avec vue

Un livre de cuisine original pour nos lecteurs avec des recettes proposées par Catherine Fattebert, animatrice et productrice à la RTS, dans son premier ouvrage gourmand intitulé **Cuisine avec vue** (Editions Helvetiq), joliment illustré par Denis Kormann.



Panzanella ou la salade que même les enfants mangent



«Pour faire de la panzanella un vrai repas complet, on peut ajouter à la salade de la feta ou des petites boules de mozzarella, du jambon cru ou du poulet.»

Entrée pour 4 à 6 personnes

INGRÉDIENTS

- 5 pains pita
- 10 tomates cerises
- 2 belles tomates d'été
- 2 tiges de céleri branche
- 1 poivron
- 1 petite courgette
- 1 concombre
- 1 poignée d'olives vertes
- 1 poignée d'olives noires
- 1 gros oignon
- 1 gros bouquet de persil plat
- 1 bouquet de basilic
- 2 gousses d'ail
- 2 cs de vinaigre balsamique blanc
- 6 cs d'huile d'olive
- Sel, poivre

PRÉPARATION

Préparez la sauce dans un grand saladier : 3 cs d'huile d'olive, 2 cs de vinaigre balsamique blanc, du sel et du poivre, selon vos goûts. Pressez 2 gousses d'ail dans la sauce. **Préparez et mettez dans la sauce tous les légumes.** Coupez 1 gros oignon en tranches fines. Enlevez le cœur de 1 poivron et détaillez-le en carrés pas trop petits. Coupez 1 petite courgette et ½ concombre en deux dans la longueur, puis en tranches. Coupez 2 belles tomates d'été en dés en récoltant le jus que vous mettez dans le saladier. Détaillez 2 tiges de

céleri branche en petits tronçons. Coupez 1 bouquet de basilic en lanières. Détachez les feuilles de 1 bouquet de persil plat et effeuillez-les sur la salade. Ajoutez 1 poignée d'olives vertes et 1 poignée de noires, 10 tomates cerises et mélangez le tout. Déchirez 5 pains pita en petits morceaux et faites-les revenir à la poêle dans 3 cs d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient croquants. Versez-les encore chauds sur la salade. Mélangez le tout et servez immédiatement.