



Salade d'épeautre avec crumble de Salsiccia al Peperoncino Ticinese

Ce qui est nécessaire (pour 4 Portions)

- 320g épeautre
- 720g Saucisse à rôtir au Piment du Tessin
- 400g fèves écossées (également surgelées)
- à v. poireau
- à v. une touffe de menthe
- à v. une touffe de persil
- à v. huile d'olive extra vierge
- à v. sel

Préparation

1. Laver le poireau et le couper en rondelles jusqu'à la moitié de la partie verte.
2. Retirer le boyau de la saucisse au piment du Tessin et la couper en rondelles.
3. Faire revenir la saucisse au piment du Tessin dans une poêle avec un peu d'huile d'olive extra vierge pendant 3-4 minutes jusqu'à ce qu'elle soit dorée.
4. Ensuite, la transférer dans un grand bol, remettre la poêle sur le feu avec 2 autres cuillères à soupe d'huile d'olive et faire revenir le poireau pendant 2-3 minutes.
5. Mettre l'épeautre dans une passoire à mailles fines et le laver sous l'eau courante, bien l'égoutter et le faire bouillir dans de l'eau salée abondante pendant le temps indiqué sur l'emballage.
6. Pendant que l'épeautre cuit, blanchir les fèves dans de l'eau bouillante salée pendant quelques minutes, les égoutter et enlever la peau extérieure.
7. Égoutter l'épeautre, le refroidir sous l'eau froide pour arrêter la cuisson.
8. Transférer l'épeautre dans le bol avec le crumble de saucisse, arroser d'un peu d'huile et mélanger avec les fèves et le poireau.
9. Laver, sécher et hacher les herbes. Les ajouter à la salade, mélanger à nouveau et laisser reposer dans un

endroit frais pendant quelques heures avant de servir.