



SALADE DE FRUITS DE MER DE MER

Ingrédients :

- 500 g de fruits de mer (calamars, moules, crevettes, saint-Jacques, poulpe, langoustines, ...)
- 1/2 poivron rouge & vert
- 1 ou 2 tomates (selon leurs tailles)
- Quelques olives noires et vertes
- 1 concombre
- 1 pamplemousse
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 échalote
- 1 bouquet de persil
- 1 piment
- 2 cuillers de vinaigre de Xérès
- 4 cuillers d'huile d'olive
- 1/2 citron vert
- Sel & poivre

Cuire les fruits de mer (quelques minutes dans un court-bouillon pour les langoustines et les crevettes, à la poêle avec un peu de beurre et d'ail pour les calamars et le poulpe, ouvrir les moules dans une casserole avec un peu de vin blanc et d'échalote).

Couper les poivrons, la tomate émondée et les oignons en dés, hacher l'ail avec quelques brins de persil et le piment. Ajouter des tranches fines de concombre, quelques olives coupées en deux et des morceaux de pamplemousse (bien épluchés). Placer le tout dans un saladier.

Ajouter les fruits de mer. Mélanger le tout délicatement.

Préparer une vinaigrette avec l'huile d'olive et le vinaigre de Xérès, saler et poivrer, verser sur les fruits de mer. Ajouter un filet de citron vert puis mélanger à nouveau pour que tous les parfums se marient bien.

Laisser mariner au frigo durant une heure minimum.

Suggestion :

Servir cette salade de fruits de mer en entrée ou comme tapas.

On peut la conserver un ou deux jours sans problème au frais, dans un récipient hermétique, en la couvrant d'un papier film ou en rajoutant un peu d'huile d'olive pour recouvrir le tout.