Salade niçoise



Ingredienser

♥ 400 g småpoteter
♥ 4 egg
♥ 250 g aspargesbønner
♥ 1 krispisalat
♥ 250 g cherrytomater
♥ 1 agurk
♥ 1 rødløk
♥ 370 g (2 bokser) tunfisk (helst i olje, se tips)
♥ 100 g oliven (helst kalamataoliven)
♥ 3 ss kapers

Dressing:
♥ 0,5 dl extra virgin olivenolje
♥ 2 ss hvitvinseddik
♥ 1 ts dijonsennep
♥ kvernet salt og pepper

Fremgangsmåte

Kok småpotetene til de er møre. Hell av kokevannet. Del potetene i to.

Kok eggene så de blir hardkokte (ca. 8 minutter). Legg dem i kaldt vann, skrell dem og del dem på midten.

Rens aspargesbønnene ved å skjære bort tuppene. Legg dem i lettsaltet, kokende vann i 3 - 5 minutter, så de blir møre. Hell av kokevannet.

Skyll salaten og del tomatene på midten. Skrell agurken og del den på midten. Skrap ut den bløte kjernene i midten av agurken, og skjær deretter i skiver.

Skjær rødløken i tynne skiver.

Tunfisk, oliven og kapers er klare til bruk.

Finn frem et stor fat og legg de forskjellige ingrediensene pent utover fatet.

Rør sammen ingrediensene til dressingen og øs den over de ulike ingrediensene med en liten skje. Kvern over litt ekstra salt og pepper til slutt.

Tips

♥ Jeg liker å bruke tunfisk på boks som ligger i olje, som gir en saftig og smakfull salat. Dersom du bruker tunfisk på boks som ligger i vann, blir salaten tørrere, og du burde da doble mengden dressing. Dressing som du måtte få til overs kan serveres ved siden av, og kan alltids spares og brukes senere til en annen salat.

♥ Alternativt til tunfisk på boks, kan man bruke fersk tunfisk som stekes raskt i panne og deretter deles i skiver. Personlig foretrekker jeg tunfisk på boks (i olje). Noen liker også å ha ansjos i denne salaten, men det bruker ikke jeg.

♥ Det er vanlig å anrette denne salaten utover på et stort fat i stedet for å blande alle ingrediensene sammen i en bolle. Du kan også anrette salaten porsjonsvis på tallerkener.

♥ Salaten er perfekt å servere til lunsj sammen med godt brød, men passer også på koldtbord og som forrett.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/salade-nicoise