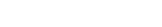
SALADE DE RIZ MÉDITERRANÉENNE SALADES



INGRÉDIENTS

- 20g de Riz Carnaroli (Réf: 301)
- 90g de Coeurs d'artichauts braisés (Réf: 103)
- 10 Filets d'anchois (Réf:
- 10 Câpres (Réf : 242)
- 10 Olives vertes (Réf: 2)
- 2 CàS de Persil
- 1/2 CàS d'Huile d'olive ail et piment (Réf: 173)
- 2 CàS d'Huile d'olive AOC
- de Toscane (Réf : 145)
- 1 gouute de Mostardel (Réf:
- 90g de Filets de thon germon (Réf: 680)





PRÉPARATION

4 personnes

1. Faire bouillir le riz Carnaroli environ 15 à 17 minutes (ajuster la cuisson à votre goût)

2,7€ / PERS

Très facile

- 2. Couper les coeurs d'artichauts braisés
- 3. Désaler les câpres en les passant sous l'eau froide

25 min

- 4. Couper les anchois en petits morceaux
- 5. Emietter le thon
- 6. Couper les olives vertes
- 7. Hacher le persil
- 8. Mélanger le riz, les artichauts, les câpres, les anchois, le thon et les olives
- 9. Avant de servir rajouter persil, huile à l'ail et au piment, l'huile d'olive extra vierge et le Mostardel
- 10. Bien mélanger et servir

www.saporissimo.fr www.saporissimo.be