



# Salade niçoise

Une recette de Luculent! Testé (et mangé) pour vous...

---

Voici une salade issue d'une recette familiale, à la fois complète, fraîche et riche en légumes. Dégustée en entrée ou en plat unique, elle est idéale dans un buffet d'été.

Quantité: 8 personnes - Difficulté: Facile - Préparation: 30 min - Cuisson: 20 min - Durée: 50 min

## Ingrédients

- 200 g de riz long grain
- 250 g de radis roses (1 botte)
- 25 olives noires
- 12 filets d'anchois à l'huile
- 4 œufs
- 3 citrons
- 1 kg de tomates
- 1 grande boîte de thon au naturel (280 g net égoutté)
- 1 boîte 1/2 de haricots verts extra fins
- 1 poivron
- 1 oignon
- 1 dl d'huile d'olive
- menthe (facultatif)
- poivre

## Préparation

1. Faire cuire les œufs durs à l'eau frissonnante pendant 10 minutes. Les égoutter, les rincer à l'eau froide. Les laisser refroidir et les écaler.
2. Faire cuire le riz à l'eau, le rafraichir à l'eau froide et l'égoutter.
3. Éplucher et rincer les radis.
4. Rincer les tomates et la menthe.
5. Rincer et épépiner le poivron.
6. Éplucher l'oignon.
7. Disposer le riz dans un grand saladier.
8. Ajouter les radis coupés en rondelles fines.
9. Ajouter l'oignon coupé en cubes de 1 cm.
10. Ajouter le poivron coupé en cubes de 1 cm.
11. Ajouter les tomates coupées en cubes de 1 cm.
12. Ajouter le thon émietté.

13. Ajouter les filets d'anchois coupés en 3.
14. Ajouter les olives dénoyautées et coupées en 2 dans le sens de la longueur.
15. Ajouter la menthe ciselée.
16. Presser les citrons.
17. Ajouter 1 dl de jus de citron, l'huile d'olive et poivrer.
18. Bien mélanger.
19. Ajouter les haricots verts égouttés.
20. Mélanger très délicatement.
21. Garnir avec les œufs coupés en tranches ou en quartiers.
22. Couvrir et réserver au frais jusqu'au moment de servir.