

Salade de riz aux seiches en persillade



Salade de riz aux seiches en persillade

Difficulté : Très facile

Temps de préparation : 20 min

Pour 6 personnes

Ingédients

400 g de riz long grain ; 1 kg de petites seiches (Picard surgelés) ; 12 tomates cerises ; 1 petit pot de pesto rosso (purée de tomates séchées) ; 3 gousses d'ail ; 1 bouquet de persil plat ; 5 cuil. à soupe d'huile d'olive ; 1 cuil. à soupe de vinaigre de Xérès ; sel ; poivre

Préparation

FAITES CUIRE le riz à l'eau bouillante salée, le temps indiqué sur le paquet. Egouttez-le.

DANS UNE SAUTEUSE, versez 1 cuillerée à soupe d'huile et les seiches encore surgelées, portez sur feu vif et laissez les cuire jusqu'à ce qu'elles aient rendu toute leur eau (8 à 10 min).

PENDANT CE TEMPS, pelez les gousses d'ail et éliminez le germe, puis hachez-les. Rincez et ciselez le persil. Rincez et essuyez les tomates cerises.

HORS DU FEU, ajoutez l'ail et le persil dans la sauteuse, puis le pesto rosso, salez légèrement, poivrez et mélangez bien.

DANS UN BOL, émulsionnez à la fourchette le reste d'huile, le vinaigre, du sel et du poivre. Dans un saladier, réunissez le riz, les seiches avec leur sauce de cuisson, les tomates cerises puis arrosez de vinaigrette. Mélangez délicatement et servez.

Nos suggestions de recettes :

Salade de riz à la valencienne

Salade de riz et porc au sésame

Salade de riz et manchons de poulet

Notes personnelles