

PANZANELLA

Recette proposée par Grégoire MAILLE
Cuisinier / Designer culinaire



Entrée



Plat
protidique



Garniture



Dessert



Sauce



10 minutes



1



Couteau
Verre



1 verre de tomates en dés
1 verre de concombre en dés
¼ de verre d'oignon vert ou doux ou rouge en brunoise
Sel, poivre, sarriette (ou thym, romarin, origan...)
1 verre de pain rassis coupé en dés
Huile olive
Vinaigre balsamique

Ressource Documentaire Nutri-Culture© 2020



RÉALISATION

- Mélanger tous les ingrédients.
- Ajouter un bon filet d'huile d'olive et un trait de vinaigre balsamique.
- Laisser reposer le temps que le pain absorbe le jus des tomates et du concombre.
- Servir.



VARIANTE

- Vous pouvez ajouter de la feta, du fromage frais en morceaux.

LE + DE LA RECETTE



www.nutri-culture.com



AG2R LA MONDIALE



Nutri-Culture©2020

1 rue charretière

87200 Saint-Junien - FRANCE

contact@nutri-culture.com - 0033 (0)5 55 42 64 13

Organisation de l'Economie Sociale & Solidaire

Entreprise Solidaire d'Utilité Sociale – Agrément ESUS