

Fatouche (فتوش)



🍴 8 portions · ⌚ prep. 20m · 🍳 cuisson 0m

🌾 gluten 🌱 sésame

Salade libanaise croquante : romaine, tomates cerises, oignons rouges, radis et menthe fraîche, vinaigrette au sumac et à la mélasse de grenade, chips de pita croustillantes émietées par-dessus.
Recette de Maureen Abood.

Moyen-Orient / Levant / Liban

INGRÉDIENTS

□ jus de citron	1	□ huile d olive extra vierge	3 càs
□ mélasse de grenade	1 càc	□ cœurs de romaine, <i>grands, hachés</i>	2
□ petite gousse d ail, <i>émincée</i>	1	<i>ou déchirés</i>	
□ sel	1 càc	□ tomates cerises, <i>en quartiers</i>	150 g
□ poivre		□ demi oignon rouge, <i>finement émincé</i>	1
□ menthe séchée, 1 tsp	2 càc	□ radis, <i>finement émincés</i>	2
□ sumac, 1 tsp	2 càc	□ chips de pita	60 g
		□ feuilles de menthe fraîche, <i>hachées ou déchirées</i>	10

PRÉPARATION

— Vinaigrette —

1. Dans un petit bol, fouetter le *jus de citron*, la *mélasse de grenade*, la *petite gousse d ail*, le *sel*, du *poivre noir*, la moitié de la *menthe séchée*, la moitié du *sumac* et l'*huile d olive extra vierge*.

— Salade —

2. Dans un grand saladier, réunir les *cœurs de romaine*, les *tomates cerises*, le *demi oignon rouge* et les *radis*.
3. Écraser une grosse poignée de *chips de pita* et les ajouter à la salade.
4. Verser la vinaigrette et mélanger pour enrober uniformément.
5. Saupoudrer du reste de menthe séchée et de sumac, ajouter les *feuilles de menthe fraîche*. Émietter le reste des chips de pita par-dessus et servir immédiatement.

*Servir **immédiatement** : les chips de pita ramollissent vite. Les ajouter au dernier moment.*

traditionnel