

# Fregola sarda, tomates, burrata, nectarines & amandes grillées



30 min. de préparation  
15 min. de cuisson



Difficulté  
facile



4 couverts



© The Luncheonette

SERVI AVEC  
IGP CÔTES DE GASCOGNE  
DU NEUF EN GASCOGNE

125 gr de roquette  
lavée et essorée

150 gr de fregola sarde  
(à se procurer dans une  
épicerie italienne)

6 tomates anciennes  
de taille moyenne

1 burrata de 250 gr

2 nectarines bien mûres

20 feuilles de basilic frais

Huile d'olive

Vinaigre balsamique

Sel

Poivre du moulin

Préchauffer le four à 180°C. Placer les amandes dans un plat, et les faire toaster 5 minutes. Les laisser refroidir puis les hacher ou les écraser avec le plat d'un large couteau-chef.

Découper les tomates en quartiers et les assaisonner avec 2 pincées de sel fin et 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique. Laisser dégorger jusqu'au dressage du plat (1 heure maximum).

En parallèle, cuire la fregola dans une eau bouillante salée en suivant le temps indiqué sur le paquet. Egoutter et refroidir sous un filet d'eau. Réserver dans la passoire le temps des préparations.

Au moment de servir la salade, égoutter les tomates et récupérer le jus. Y ajouter 4 cuillères à soupe d'huile d'olive. Mélanger la fregola et la roquette en assaisonnant avec la vinaigrette (selon le goût le chacun). Disposer dans le plat et déposer sur le dessus les tomates ainsi que de larges lamelles de nectarine. Tailler grossièrement la burrata en veillant à ne pas perdre la crème qui est en son centre et la répartir sur la salade. Saupoudrer d'amandes concassées et de basilic frais. Poivrer et arroser d'une dernière cuillère de vinaigrette. ✖

Partagez vos  
meilleurs moments

#PLAIMONT



Retrouvez d'autres recettes sur [www.plaimont.com](http://www.plaimont.com)

Plaimont

LES VINS DU SUD-OUEST AUX GRANDES ORIGINES