

Crudités et croquettes de mozzarella

Ingrédients: pour 4/6 personnes

1 salade verte type laitue
1 dizaines de tomates cerise
6 fleurettes de brocoli
1 petit poivron jaune
1 pognon botte
60 g de pignon de pin

Pour les croquettes mozzarella

1 boule de mozzarella di buffala (250g)
1 gros jaune d'œuf
2 c à soupe de lait
100 g de chapelure
4 c à soupe d maïzena
8 cl d'huile d'arachide

Pour la vinaigrette :

6 c à soupe d'huile de maïs
4 c à soupe de vinaigre de cidre
1 c à soupe de miel de montagne
sel, poivre.

Préparation :

- 1)** Lavez et essorez la salade. Épépinez et coupez le poivron en dés. Coupez les tomates et les fleurettes en deux dans la longueur. Pelez et ciselez l'oignon botte .Réunissez le tout dans un saladier.
- 2)** Faites chauffer l'huile d'arachide dans une petite poêle et faites-y colorer les pignons .Sortez-les avec une écumoire et déposez-les dans un petit ravier. Préparez la vinaigrette en fouettent tout les ingrédients ensemble dans un bol.
- 3)** Égouttez la mozzarella coupez là en rondelles de 5à10mm.épongez -les sur du papier absorbant et assaisonnez-les avant de les passer dans la maïzena préalablement versée dans une assiette creuse; Retirez l'excédent pour ne laissez qu'un léger voile. Battez le jaune d'œuf avec le lait et placez la chapelure dans une autre assiette.
- 4)** Trempez les tranches de mozzarella dans l'œuf puis dans la chapelure. Faites-les frire 1/à2mnsur chaque face dans une poêle bien chaude avec l'huile d'arachide en les retournant fréquemment pour qu'elles ne colorent pas trop. Mettre sur du papier absorbant; versez les vinaigrettes sur la salade et dégustez les croquettes bien chaudes et croustillantes.