



Phase **Attaque**

Type : **Entrée**

Recette : **Cœurs d'artichauts gorgonzola**

Calorie
173 par personne

Préparation
10 min

Cuisson
0 min

Ingrédients

Pour 4 personnes

4 cœurs d'artichauts
2 branches de céleri
80 grammes gorgonzola
200 grammes mâche
6 cuillère(s) à café jus de citron
60 grammes fromage blanc 0%
2 cuillère(s) à soupe moutarde
4 cuillère(s) à soupe vinaigre
1 pincée(s) sel
1 pincée(s) poivre

Préparation

1. Lavez puis égouttez les cœurs d'artichauts et coupez-les en morceaux. Citronnez-les. Lavez et essorez la mâche, puis mettez-la dans un saladier. Coupez les branches de céleri en morceaux et ajoutez-les à la mâche.
2. Préparez la vinaigrette : battez le fromage blanc, puis ajoutez la moutarde et le vinaigre. Assaisonnez.
3. Arrosez-en la salade et mélangez bien. Déposez les cœurs d'artichauts dessus. Coupez le gorgonzola en tranches et disposez-les sur le tout.
4. Servez.