

LA SCAROLE

Cette drôle de salade de la famille des chicorées, aux feuilles géantes et coriaces, se mange crue mais surtout cuite (du moins à Naples).

Ses feuilles extérieures sont d'un vert tendre qui vire au jaune puis au blanc à l'intérieur, ses feuilles épaisses au parfum marqué ont une amertume plus ou moins prononcée.

Scarole à la Napolitaine

- 800 g de scarole
- 30 g de raisins secs
- 30g de pignons de pins (ou noix)
- 5 anchois au sel
- 30g d'olives noires à la grecque
- 30g de câpres
- 3 cuillères à café d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail.



Lavez la scarole et essorez-la. Coupez-la en morceaux grossiers. Versez l'huile d'olive dans une sauteuse et faites-la chauffer à feu vif. Quand elle est chaude, ajoutez les gousses d'ail et laissez-les infuser pendant 3 minutes puis ôtez-les de l'huile. Préparez les raisins secs, les pignons, les anchois, les olives et les câpres. Versez-les dans l'huile chaude. Faites chauffer 3 minutes à feu vif en mélangeant régulièrement. Ajoutez ensuite la scarole coupée grossièrement. Au début, vous aurez l'impression que la sauteuse va exploser, mais ne vous inquiétez pas, il suffit de couvrir pour garder sous contrôle. Laissez tomber la scarole pendant une quinzaine de minutes à feu moyen. Pour être sûr de la bonne cuisson, il suffit de vérifier qu'il n'y ait plus d'eau dans la sauteuse. Vous pouvez manger cette scarole à la Napolitaine telle quelle ou encore la mélanger avec des pâtes cuites al dente pour un plat complet.

Salade de scarole, poires et roquefort

- 1 grosse scarole
- 3 grandes poires, bien mûres
- 200 g de roquefort
- Le jus de 2 citrons
- 4 C à c. à soupe d'huile d'olive
- 1 C à c de moutarde
- Sel, poivre

Lavez et essorez la salade. Epluchez les poires et roulez-les dans le jus de citron pour qu'elles ne brunissent pas. Taillez-les en tranches et remettez-les dans le jus de citron. Faites une vinaigrette avec l'huile, la moutarde, du sel et du poivre. Avant de servir, tournez la salade dans la vinaigrette et servez-la avec des tranches fines de roquefort et de poire.

