



# Salade de pain au fenouil, à la tomate séchée et au melon mariné



## Préparation de la salade de pain

Réchauffer l'huile dans une poêle, puis l'aromatiser avec l'ail et le thym. Ajouter le pain noir et dorer.

## Préparation de la tomate séchée

Blanchir la tomate, la peler et la couper en quatre. Retirer les pépins et déposer les filets sur une plaque. Assaisonner avec de la fleur de sel, de l'ail, du basilic et du poivre. Arroser d'huile d'olive et laisser sécher au soleil ou au four pendant environ 1 heure et demie à 2 heures à 80 °C.

## Rezept für 4

### Ingrédients pour la salade de pain

250 g de pain noir  
25 ml d'huile  
1 gousse d'ail  
1 brin de thym

### Ingrédients pour les tomates séchées

1 tomate  
½ gousse d'ail  
1 cs d'huile d'olive  
Basilic  
Fleur de sel, poivre  
Un peu de sucre glace

### Ingrédients pour la salade de fenouil

50 g de fenouil  
10 ml de vinaigre balsamique  
Sel et poivre  
Pincée de sucre glace  
Le vert du fenouil (d'un bulbe)

### Ingrédients pour le fenouil braisé

1 bulbe de fenouil  
1 échalote  
40 ml de Noilly Prat  
5 ml de vinaigre balsamique blanc  
10 g de sucre  
2 brins de thym



### Préparation de la salade de fenouil

Couper finement le fenouil à l'aide du robot. Saler et laisser reposer environ 5 min. Assaisonner avec du sucre glace, du vinaigre, du sel et du poivre. Hacher finement puis incorporer le vert du fenouil.

### Préparation du fenouil braisé

Couper le fenouil en quatre. Réchauffer le Noilly Prat, le vinaigre, le sucre et le thym dans une poêle, réduire et réserver au frais. Mettre les morceaux de fenouil avec le bouillon sous vide à 100 %. Cuire à la vapeur à 90 °C pendant 45 minutes.

### Préparation du melon mariné

Couper le melon Galia en morceaux. Ajouter le gin et le sucre glace au sirop de melon et mariner le melon dans ce mélange. Laisser reposer pendant 1 heure au réfrigérateur.

### Anrichten

## Réglage de cuisson de la tomate séchée

Avec préchauffage

1 heure et demie à 2 heures | air chaud 80 °C

## Réglage de cuisson de fenouil braisé

Avec préchauffage

45 minutes | vapeur 90 °C

### Ingrédients pour le melon mariné

50 g de melon Galia

5 ml de gin

1 pincée de sucre glace

Sirop de melon