

Sałatka lyońska z boczkiem



Składniki

rukola lub mniszek
lekarski
15 dkg - boczek wędzony
1/2 szt. - chleb żytni na
zakwasie
4 szt. - jajka
1 łyżka - masło
2 łyżka - musztarda djion
1 łyżka - sok z cytryny
1/3 szklanka - oliwa z
oliwek
1 szczypta - sól
1 szczypta - pieprz

Opis wykonania

Jedna z naszych ulubionych sałatek , prosta w przygotowaniu, pyszna i prezentująca się apetycznie sałatka rodem z Francji idealna na kolacje :) Sałatki to zdrowa alternatywa dla tradycyjnych kanapek.

Boczek kroimy w paseczki wytapiamy na patelni na chrupko. Chrupiący boczek odsączamy z nadmiaru tłuszczu na ręczniku papierowym- odstawiamy. Na maśle przesmażamy na złoty kolor pokrojony w kostkę chleb – zostawiamy do wystygnięcia. Musztardę, oliwę i sok z cytryny przekładamy do małego słoiczka, zakręcamy i potrząsamy do momentu kiedy składniki połączą się w jednolity sos. Sos doprawiamy do smaku solą, pieprzem i cukrem – mieszamy raz jeszcze. Na 4 talerzach układamy rucoli, którą skrapiamy przygotowanym sosem. Na każdy talerzyk nakładamy porcję chrupiącego boczku i grzanek. W garnku gotujemy wodę. Z folii spożywczej wycinamy 4 kwadraty każdy nakładamy na kubek, w każdym robimy w głąbienie, które smarujemy olejem i w to wgłębienie wbijamy jajko, oprószamy je solą i pieprzem. Folię zbieramy do góry tworząc sakiewkę i związujemy dokładnie tak aby jajko nam nie wypłynęło. Tak przygotowane sakiewki wkładamy do garnka z gotującą się wodą i gotujemy 4 minuty. Ugotowane jajka wyjmujemy, delikatnie odcinamy górę i za pomocą łyżki przenosimy jajka na talerze, serwujemy od razu, smacznego ;)