

·N°1 IN ITALIA·

-DAL 1882-

Galbani

LIVRET RECETTES

SALADES

Caprese



SOMMAIRE

Salade Caprese au piment	03
Salade Caprese aux courgettes	04
Salade Mozzarella et grenade	05
Salade Mozzarella aux épinards frais et au saumon	06
Salade Mozzarella, tomates cerises et concombres	07
Salade Mozzarella aux agrumes	08
Salade Caprese au thon	09
Salade Mozzarella aux petits pois et aux pois chiches	10



SALADE CAPRESE AU PIMENT

QUANTITÉ
4 PERS.

PRÉPARATION
15 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 Mozzarella di Bufala Galbani 125g
- 2 tomates vertes
- 1 piment
- Du vinaigre de pomme
- De l'huile d'olive
- Sel

PRÉPARATION

- 1 Préparez la vinaigrette
- 2 Mélangez 5 cuillères à soupe d'huile d'olive, une cuillère à soupe de vinaigre de pomme, une pincée de sel et le piment haché. Mélangez bien à l'aide d'une fourchette puis laissez reposer.
- 3 Tranchez la Mozzarella di Bufala Galbani et les tomates vertes en rondelles.
- 4 Disposez dans une grande assiette un lit de tomates puis déposez sur le dessus les tranches de mozzarella di bufala.
- 5 Recouvrez à l'aide d'une quantité généreuse de vinaigrette puis savourez.



SALADE CAPRESE AUX COURGETTES

QUANTITÉ
4 PERS.

PRÉPARATION
15 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 Mozzarella 125g Galbani
- 3 courgettes
- 200g de tomates cerises
- De l'huile d'olive
- Quelques feuilles de basilic
- Quelques feuilles de menthe
- Sel

PRÉPARATION

- 1 Dans un premier temps lavez et coupez les deux extrémités des courgettes.
- 2 Tranchez-les en fines tranches à l'aide d'un économe puis les blanchir dans de l'eau bouillante salée pendant environ 1 minute. Réservez
- 3 Lavez les tomates cerises et coupez-les en morceaux.
- 4 Coupez la mozzarella en dés.
- 5 Dans un bol, placez la menthe hachée finement ainsi que les feuilles de basilic, ajoutez du sel et de l'huile d'olive. Mélangez bien.
- 6 Dans un plat, déposez les courgettes au bord et placez les tomates et la mozzarella au centre.
- 7 Assaisonnez de vinaigrette sur le dessus.

ASTUCE

Ajoutez un filet de vinaigre balsamique pour donner plus de saveur à votre salade.



SALADE MOZZARELLA ET GRENADE

QUANTITÉ
4 PERS.

PRÉPARATION
15 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 Mozzarella Bio 125g Galbani
- 250g d'épinards frais
- 2 grenades
- Du vinaigre de pomme
- Sel

PRÉPARATION

- 1 Lavez les épinards frais et placez-les dans un grand bol.
- 2 Coupez les grenades et enlevez délicatement les graines ainsi que les membranes blanches.
- 3 Lavez les graines, séchez-les et réservez.
- 4 Coupez la Mozzarella Bio Galbani en tranches.
- 5 Mélangez les épinards, les graines de grenades et la mozzarella dans un une assiette.
- 6 Habillez la salade d'huile, de sel, de vinaigre de pomme et mélangez bien.
- 7 Servez votre salade de grenade immédiatement et dégustez.

ASTUCE

Ajoutez 200g de noisettes pour apporter du croquant à votre salade.

SALADE MOZZARELLA AUX ÉPINARDS FRAIS ET AU SAUMON

QUANTITÉ
4 PERS.

PRÉPARATION
40 MIN

CUISSON
30 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 sachets de Mozzarella Mini 150g Galbani
- 400g d'épinards frais
- 300g de pommes de terre nouvelles
- 600g de filet de saumon
- 2 citrons
- De l'huile d'olive
- Persil
- Sel et poivre

PRÉPARATION

- 1 Lavez soigneusement les pommes de terre nouvelles et faites-les bouillir dans de l'eau bouillante pendant environ 10 minutes puis coupez-les en morceaux.
- 2 Lavez et séchez le persil puis hachez-le finement et réservez dans un bol.
- 3 Ajoutez l'huile d'olive, le citron, le sel et le poivre et mélangez bien.
- 4 Préchauffez le four à 200°C.
- 5 Disposez les pommes de terre sur une plaque de cuisson, versez la vinaigrette sur le dessus et faites-les cuire pendant environ 15 minutes.
- 6 Lavez et séchez les épinards, coupez-les en fines lamelles et réservez dans un bol.
- 7 Ajoutez la Mozzarella Mini Galbani et réservez.
- 8 Coupez le saumon en cubes et faites revenir pendant 6 à 7 minutes dans une poêle avec un peu d'huile d'olive, assaisonnez puis ajoutez les épinards.
- 9 Pour finir, ajoutez les pommes de terre puis assaisonnez.

SALADE MOZZARELLA, TOMATES CERISES ET CONCOMBRES

QUANTITÉ
2 PERS.

PRÉPARATION
15 MIN

INGRÉDIENTS

- 1 Mozzarella 125g Galbani
- 200g de pâtes (farfalle)
- 2 concombres
- 8 tomates cerises
- Sel et poivre
- Origan
- Quelques feuilles de basilic
- De l'huile d'olive

PRÉPARATION

- 1 Faites bouillir les pâtes dans de l'eau salée.
- 2 Pendant ce temps, lavez et coupez les concombres en cube.
- 3 Lavez les tomates cerises et coupez-les en deux.
- 4 Coupez la Mozzarella Galbani en dés.
- 5 Placez tous les ingrédients dans un bol, assaisonnez avec de l'huile d'olive, de l'origan du sel et du poivre. Laissez reposer.
- 6 Égouttez les pâtes et laissez-les refroidir sous l'eau froide.
- 7 Placez les pâtes dans un grand bol et ajoutez le reste des ingrédients. Mélangez bien.
- 8 Servez votre plat et garnissez à l'aide de quelques feuilles de basilic frais.

ASTUCE

Variez les plaisirs en réalisant cette recette avec des fusilli.



SALADE MOZZARELLA AUX AGRUMES

QUANTITÉ
4 PERS.

PRÉPARATION
10 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 Mozzarella 125g Galbani
- 1 orange
- 1 pamplemousse
- Jus de citron
- Quelques feuilles de basilic
- De l'huile d'olive
- Sel et poivre

PRÉPARATION

- 1 Commencez par peler l'orange et le pamplemousse puis émincez-les.
- 2 Coupez la Mozzarella Galbani en tranches et disposez-la sur un plat en alternant une tranche d'agrumes et une tranche de mozzarella. Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.
- 3 Assaisonnez avec de l'huile d'olive, le jus de citron, du sel et du poivre.
- 4 Garnissez avec quelques belles feuilles de basilic frais.

ASTUCE

Pour rendre votre salade encore plus savoureuse ajoutez quelques feuilles de menthe.



SALADE CAPRESE AU THON

QUANTITÉ
4 PERS.

PRÉPARATION
10 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 Mozzarella 125g Galbani
- 3 belles tomates
- 50g de roquette
- 50g de câpres
- 150g de thon
- 2 anchois à l'huile d'olive
- Quelques feuilles de basilic
- De l'huile d'olive
- Sel et poivre blanc
- Du vinaigre balsamique

PRÉPARATION

- 1 Commencez par lavez et coupez les tomates en tranches.
- 2 Coupez la Mozzarella Galbani en tranches épaisses.
- 3 Égouttez le thon et réservez au centre d'un plat puis alterner une tranche de mozzarella et une tranche de tomate tout autour. Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.
- 4 Mettez les câpres hachés, le basilic et les anchois dans un bol. Ajoutez du sel, du poivre, de l'huile d'olive et du vinaigre balsamique.
- 5 Assaisonnez la Salade Caprese au thon avec la vinaigrette.

ASTUCE

Ajoutez un œuf dur pour colorer le plat.



SALADE MOZZARELLA AUX PETITS POIS ET AUX POIS CHICHES

QUANTITÉ
4 PERS.

PRÉPARATION
15 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 Mozzarella Bio 125g Galbani
- 200g de petits pois
- 100g de pois chiches
- 1 oignon
- 1 verre d'eau chaude
- De l'huile d'olive
- Sel et poivre

PRÉPARATION

- 1 Émincez finement l'oignon et faites-le cuire dans une poêle avec un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'il devienne brun.
- 2 Ajoutez les petits pois et les pois chiches et faites cuire quelques minutes en mélangeant avec une cuillère en bois.
- 3 Maintenant, ajoutez le verre d'eau chaude dans une casserole et faites cuire jusqu'à ce qu'il ait été entièrement absorbé.
- 4 Retirez du feu, laissez refroidir et ajoutez la Mozzarella Bio Galbani préalablement coupée en tranches.
- 5 Assaisonnez avec de l'huile d'olive, une pincée de sel et de poivre et mélangez bien.
- 6 Servez chaud ou froid.

ASTUCE

Ce plat est parfait pour toute l'année aussi bon froid que chaud.

· N°1 IN ITALIA ·

- DAL 1882 -

Galbani

RETROUVEZ PLUS DE
RECETTES ITALIENNES SUR
www.galbani.fr

RETROUVEZ-NOUS SUR
LES RÉSEAUX SOCIAUX !



GalbaniFrance



Galbani