



## Concours «Régalez-vous au bureau avec les huiles d'olive, bons petits plats à emporter»

### Salade tiède de penne au chèvre et aux légumes marinés à l'huile d'huile à emporter

#### Recette proposée par :

Angélique du blog Du bruit dans la map

«J'ai fait le choix d'une salade veggie légère, mais nourrissante : sucres lents des pâtes et protéines de lait de chèvre très digeste font de ce plat un allié parfait pour la journée de travail à venir; cette recette est facile à préparer, très goûteuse et aisée à transporter. J'ai employé deux huiles d'olive différentes, l'une cuite pour confire mes tranches d'aubergines en cuisson, l'autre crue pour lier ma salade et la rendre encore plus gourmande. Cette salade se déguste tiède ou froide.»

**Temps de préparation :** 20 minutes

**Ingrédients pour 4 bento ou boîtes à déjeuner :**

- 400 gr de tomates
- 2 poivrons rouges cuits au four et épluchés (ou marinés en bocaux)
- 1 aubergine
- 1/2 bûche de chèvre cendré
- 400gr de pâtes ( penne rigate)
- 50gr environ de parmesan râpé
- 2 gousses d'ail
- 1 cs de romarin
- 1 cs d'origan
- 1 pincée de sel
- 2 cc de gomasio
- **4 cc d'Huile d'olive goût Subtil**
- **5 cc d'Huile d'olive goût Intense**

#### Préparation :

- Déposez des fines tranches d'aubergine (avec la peau) dans un saladier avec 4 cc d'Huile d'olive vierge extra Goût subtil et laissez reposer quelques minutes.
- Sur un grill, faites les cuire quelques minutes recto verso. Réservez sur papier absorbant.
- Portez une casserole d'eau salée à ébullition et faites cuire vos pâtes al dente (très important).
- Pendant la cuisson des pâtes, faites mariner dans un saladier vos dès de tomates émondées, l'ail pressé, les herbes, les poivrons et les tranches d'aubergine finement coupés, les dès de chèvre cendré, le parmesan râpé, l'huile d'olive vierge extra goût intense, le gomasio et le sel.
- Versez les pâtes égouttées dès la fin de la cuisson al dente sur les légumes marinés à l'huile d'olive et remuez. Cette salade se déguste tiède ou légèrement réchauffée, voire froide, en boîte déjeuner.

