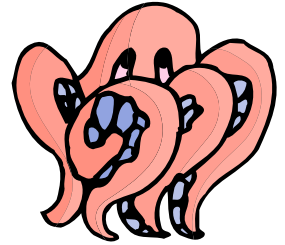


Salade d'encornets

Ingrédients :

1 Kg d'encornets, vinaigrette.



- Nettoyer les encornets, les couper en lanières (corps et tentacules).
- Utiliser une casserole anti-adhésive, y placer les encornets sans matière grasse, saler, couvrir le récipient et laisser cuire 15 minutes.
- Egoutter, refroidir et assaisonner de vinaigrette.