

## SALADE DE COURGETTES A L'AIL ET A LA MENTHE

### Ingrédients pour 4 personnes:

750g de petites courgettes  
¼ l de vinaigre cristal(à cornichons)  
1 cuil. à soupe de gros sel  
1 cuil. à soupe de vinaigre de vin vieux  
4 cuil. à soupe d'huile d'olive  
le zeste râpé de 1/2 citron  
quelques feuilles d'estragon  
une vingtaine de feuilles de menthe  
2 gousses d'ail  
sel  
poivre.

– Lavez les courgettes, retirez les deux extrémités et coupez-les en rondelles de 2cm d'épaisseur.

– Dans une grande casserole, versez 6 dl d'eau et le vinaigre cristal. Portez à ébullition et ajoutez le gros sel. Mélangez puis ajoutez les courgettes. Ramenez à ébullition pendant 3 minutes en tournant sans cesse. Égouttez-les et laissez-les refroidir .

– Dans un saladier, préparez la sauce : placez-y les gousses d'ail épluchées et passées au presse-ail, ajoutez les feuilles de menthe, l'estragon, le zeste de citron, le vinaigre de vin vieux, du sel et du poivre et enfin, l'huile que vous émulsionnez à la fourchette.

Mélangez les courgettes dans cette sauce et décorez de quelques feuilles de menthe. Vous pouvez servir cette salade immédiatement ou la laisser mariner plusieurs heures.

Recette trouvé sur le NET et adaptée par Sylvie MILHAS.