

Salade de pâtes et fenouil

Par [Les Jardins Naturlutte](#)

Le fenouil est originaire de la méditerranée.

Il possède une douce saveur d'anis et son usage comme légume ou comme aromate est ancien.

Le bulbe du fenouil est utilisé comme le céleri; cru ou cuit, après avoir été débarrassé de ses feuilles dures.

Cru, il peut être ajouté aux salades ou en trempette, il se marie bien avec le fromage bleu.

Cuit, il rehausse les sautés ou les soupes.

Ingrédients

1 fenouil

1/2 lb d'haricots

1 petit oignon

2-3 tasses de pâtes cuites

huile d'olive

1 c. à thé de jus de citron

Préparation

Couper le fenouil et l'oignon en fines lanières.

Faire sauter dans l'huile d'olive.

Mélanger aux autres ingrédients.

Servir froid.

Donne 4-6 portions.

Pour les amateurs de fromage bleu, le mélange des saveurs de fenouil et de bleu est très savoureux... à vous de l'essayer!