

# Régal

## Salade de penne aux artichauts et à la feta

Par Régal



Niveau de difficulté

Facile

Coût

Abordable

Temps de préparation

20 min

Temps de cuisson

15 min

**Régal**  
*Nature*

Catégories : Entrées, Fromage, Légumes, Plats

Une salade gourmande parfaite à emporter pour le déjeuner.

Pour 6 personnes

### Ingédients

500 g Pâtes courtes (type penne)  
350 g Coeurs d'artichaut à l'huile  
250 g Feta  
1 Grosse poignée de roquette  
2 Petits oignons blancs  
3 c. à soupe Pignons de pin  
1 Citron  
3 c. à soupe Huile d'olive  
2 c. à soupe Coriandre ciselée  
Sel et poivre

### Réalisation

- 1 Portez un grand volume d'eau salée à ébullition dans une casserole. Jetez-y les pâtes. Faites-les cuire selon le temps de cuisson indiqué sur l'emballage pour une cuisson normale. Égouttez-les et rincez-les sous l'eau froide. Égouttez-les à nouveau.
- 2 Égouttez les coeurs d'artichaut et coupez-les en quartiers. Détaillez la feta en cubes réguliers. Lavez et essorez la roquette. Pelez et émincez les oignons blancs. Faites griller rapidement les pignons de pin à sec, dans une poêle antiadhésive.
- 3 Dans un bol, mélangez le jus du citron avec l'huile d'olive, du sel et du poivre. Mettez les pâtes dans un grand saladier. Ajoutez les artichauts, la feta, la roquette, les oignons et les pignons. Parsemez de coriandre. Arrosez de sauce et mélangez. Répartissez la salade dans des coupelles et servez bien frais.

Source : sup. RG70

Publié le 18/05/2016

Tags : salade pâtes artichaut roquette Feta