

Salade d'ananas aux épices et citron vert

Bonjour à tous !

Nous passons en cuisine en ce mardi, car je souhaiterais partager avec vous une recette de dessert fruité, facile et léger. En attendant le foisonnement de beignets bien frits qui arrivera probablement d'ici mardi gras, cela peut être une bonne idée, non ? ☐

Depuis quelques semaines, sans comprendre pourquoi, je suis rentrée dans une phase « [ananas](#) ». J'en raffole et m'en déguste solo quasi un par semaine. Le côté frais, le croquant, son goût d'ailleurs en font le meilleur allié de mes fins de repas. Après quelques ananas dégustés « nature », j'ai souhaité le cuisiner un peu plus, tout en restant sur la fraîcheur puis me suis orientée sur une salade d'ananas. Après recherches dans les magazines et réflexions personnelles, j'ai agrémenté cette salade de vanille, d'épices, et de la « touche qui change tout » : le pep's de zestes de citron vert.

Servie en verrine, cette salade d'ananas régala tout le monde : c'est frais, exotique, léger, vitaminé. De plus, la combinaison du sucré de l'ananas et de l'acidité du citron est extrêmement savoureuse : un peu comme le poires/chocolat ou le citron/amandes, ces deux saveurs se complètent et s'améliorent mutuellement, réhaussant par là le dessert. Fort satisfaite du concept, je me suis promise de ré-essayer.

En attendant, je vous partage la recette de cette salade ananas citron vert, très agréable pour finir un repas en toute légèreté.

~~~~~



~~~~~

Recette : Salade ananas citron vert et épices

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 3 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes

- 1 bel « [ananas](#) » (victoria ou pain de sucre) (*)
- 1 demi (belle) gousse de vanille
- 1 citron vert
- 1/2 cuillère à café de gingembre moulu
- 1 étoile de badiane
- 100 gr de sucre
- 300 ml d'eau

Note (*) : Écologiquement c'est déplorable, mais niveau goût il est préférable de privilégier un ananas « avion ».

Réalisation

- Dans une casserole, déposez le sucre, l'eau et la gousse de vanille grattée.
- Portez à ébullition et laissez à feu vif jusqu'à complète dissolution du

sucre et formation d'un sirop. Retirez du feu, ajoutez gingembre et badiane puis laissez refroidir.

- Préparez l'ananas
 - Coupez la tête de l'ananas (avec les feuilles,) et Coupez la base.
 - Placez votre ananas droit puis retirez la peau à l'aide d'un gros couteau. Prenez le temps de retirer les résiduels d'yeux.
 - Coupez l'ananas en 4. Retirez le cœur dur si vous ne l'appréciez pas puis découpez en tranches d'1 centimètre.
 - Enfin en dés d'environ 1 cm de largeur.
 - Pour une aide visuelle à la préparation => [tutoriel photo](#) .
- Déposez les dés d'ananas dans un saladier, versez le sirop, ajoutez les zestes de citron vert. Laissez mariner pendant au moins une heure au frais avant de servir.

Astuces :

- *Service* : sortez la salade d'ananas quelques minutes avant de servir. Pour une jolie présentation, disposez dans ces verrines, ajoutez en décoration 1 étoile de badiane, ou des morceau de gousse de vanille, puis parsemez d'un peu de zestes de citron vert.
- *Gourmandise* : N'hésitez pas à accompagner de tuile coco ou cigarettes russes.

~~~~~

**Suggestion de variantes** : Si vous avez envie d'autres salades de fruits, tentez :

[Salade d'hiver pommes, poire, kiwi idéale en hiver](#)

[Salade kiwi/grenade/coco un tantinet détox](#)



~~~~~

Mots clés : [ananas](#), [salade de fruits](#), [citron vert](#), [vanille](#), [dessert](#), [salade](#), [verrine](#)