

Salade de pommes de terre rôties au miel et moutarde

Pour 3 personnes

700g de rates

1 cuil à soupe de miel

1 cuil à soupe d'[huile de chanvre](#)

1 cuil à café de moutarde à l'ancienne

2 cuil à soupe de parmesan râpé

sel

Des olives noires

Roquettes

2 petits oignons rouge nouveaux

graines de courge

coppa

...

Préchauffez le four à 200°C.

Lavez et séchez les pommes de terre (ne les épluchez pas), recoupez les plus grosses.

Dans un grand saladier mélangez l'huile de chanvre, la moutarde, le miel, le sel et le parmesan. Ajoutez les Rates et mélangez pour bien toutes les enrober de cette marinade. Étalez les pommes de terre sur une plaque de four recouverte de papier cuisson et enfournez à 200°C pendant 30 minutes. Laissez refroidir

Epluchez et coupez les oignons frais, effilochez la coppa, Mélangez tout les ingrédients de votre salade, arrosez d'un filet d'huile de chanvre et servez.