

2. Αυθεντική ΣΑΛΑΤΑ ΝΙΚΑΙΑΣ

Στην τοπική διάλεκτο *nissart*, ονομάζεται *merenda* και καταναλώνεται για πρωινό!

1.1 Υλικά για 2 άτομα – κόστος 3 € / άτομο

- 1 μεσαίο, τραγανό, φραντζολάκι από προζύμι.
- 2 μεγάλο- μεσαίες ντομάτες κομμένες *αλλά γαλλικά* ☹️.
Δηλαδή σε λεπτές οριζόντιες φέτες, και αυτές στα 2 ή τα 4.
- 2 βραστά (σφιχτά) αυγά κομμένα σε φέτες.
- 12 αντζούγιες φιλέτο σε λάδι.
Εναλλακτικώς 1 βαζάκι τόνος εξαιρετικής ποιότητας, π.χ. «κιτρινόπτερος Αλοννήσου», ή Albacore (από το Carrefour).
- 16 μαύρες, μαλακές ελιές (όχι Καλαμών ☹️).
Στη Νίκαια έχουν μαύρες, πολύ μικρές ελιές, σαν της Κρήτης. Εδώ χρησιμοποιώ «Μαυροελιές» της Λέλια, (από το ΑΒ).
- 4 κουταλιές της σούπας παρθένο ελαιόλαδο.
- Χυμό από ½ λεμόνι, ή εναλλακτικώς 1 κουταλάκι του γλυκού ξύδι.
- Προαιρετικώς: 4 καρδιές αγγινάρας (κονσέρβα), ή εναλλακτικώς 12 φρέσκα κουκιά (!) περασμένα 3 min (τραγανά) στο **max** του φούρνου μικροκυμάτων.

1.2 Διαδικασία

- Κόβουμε το φραντζολάκι οριζόντια και *ίσως* αφαιρούμε λίγη ψίχα.
- Ποτίζουμε τα 2 τεμάχια με το μισό ελαιόλαδο και το λεμόνι, ή ξύδι.
- Τοποθετούμε τις κομμένες ντομάτες.
- Αφήνουμε 12 min να παπαριάσει.

1.3 Κρασί

- Συνοδεύεται με **Μεσογειακό** κρασί: Σαββατιανό, ή Bellet de Nice (AOC).
Όταν δεν καταναλωθεί ως πρωινό η δεκατιανό... ☹️