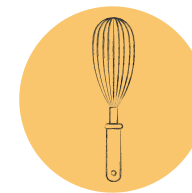


SALADE VERTE

Pour cette recette, nous vous conseillons de laver et essorer la salade si besoin avant le début de l'atelier afin de gagner du temps



QUANTITÉ
4 personnes



PRÉPARATION
10 minutes

Les ingrédients

SALADE

150g à 200g de salade verte de votre choix
60g de fromage de votre choix : Fourme, feta, mozzarella, emmental, comté
2 poignées de fruits à coque de votre choix : amande, noisette, noix

VINAIGRETTE :

2 c. à soupe d'huile (huile de colza, huile d'olive ...)
1 c. à soupe de vinaigre (de cidre, de vin, balsamique ...)
1 c. à café de Moutarde
Sel, poivre
+/- Epices de votre choix : curry, paprika ...
+/- Herbes : persil, ciboulette, basilic ...

La recette

Si besoin, préparez la salade (lavage ou rinçage puis essorage)
Cassez les fruits à coque (s'ils ne le sont pas déjà), concassez-les grossièrement, puis réservez.
Coupez le fromage en cubes, puis réservez.
Dans un saladier ou dans un petit bol à part, mélangez la moutarde avec le vinaigre. Ajoutez l'huile de noix, puis mélangez à nouveau énergiquement. Salez et poivrez et ajouter les épices et/ou les herbes hachées.
Ajoutez tous les ingrédients dans le saladier, puis mélangez le tout délicatement pour répartir la sauce.
Dégustez.

Les ustensiles

