

🔪 Difficulté : Moyenne ⏱ Temps de préparation : 10 minutes 🍳 Temps de cuisson :



SALADE DE JEUNES POUSSES, FRAISES ET FÊTA

Une salade fraîche et colorée, qui marie le sucré des fraises, le salé de la feta et la douceur des jeunes pousses pour une assiette légère et pleine de saveurs.

– **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.

LES INGRÉDIENTS

 **Salade mélange**
roquette/ mâche/
épinards
50grs

 **Fraises**
5

 **Feta**
40grs

 **Pignons**
1 cuillère à soupe

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

 **Miel**
1 cc

 **Vinaigre**
balsamique
1 cs

 **huile d'olive**
2 cs

 **sel et poivre**
selon votre goût

L'ÉQUIPEMENT

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Lavez et essorez les jeunes pousses. Lavez et équeutez les fraises, puis coupez-les en 2 ou 4 selon leur taille.

ÉTAPE 2

Préparez la vinaigrette : mélange l'huile, le vinaigre balsamique, le miel, une pincée de sel et du poivre.

ÉTAPE 3

Assemblez la salade : dans une assiette creuse ou un bol, disposez les jeunes pousses, ajoutez les fraises, la feta émiettée, puis les pignons.

ÉTAPE 4

Versez la vinaigrette au dernier moment, mélangez délicatement.