

## Ma salade ++++

### Pour deux personnes

- 2 belles carottes
- 1 queue de brocoli
- une dizaine de radis
- 1/2 pomme
- 3 feuilles de laitue
- 1 boîte de miettes de crabe
- 1 poignée de graines de tournesol
- 1 poignée de raisins secs

### Sauce:

- 2 cuillères à soupe de fromage blanc
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 1 belle cuillère à café de crème de raifort
- 1 belle cuillère à café de moutarde à l'ancienne
- 1 cuillère à café de moutarde de Dijon
- Un peu de sel, poivre du moulin, piment de Cayenne



--> Faire gonfler les raisins dans de l'eau chaude et faire griller les graines de tournesol.

Couper les carottes, le brocoli et la pomme en fins bâtonnets (en allumettes) et les radis en rondelles.

Ciseler la laitue.

Mélanger les ingrédients de la sauce.

Mêler les légumes, la pomme, les raisins égouttés, la salade, les graines de tournesol puis le crabe?

Ajouter la sauce et bien mélanger le tout.

Bon appétit !!

