



SALADE DE QUINOA A LA GRENADE

Pour 4 :

100 grs de graines de quinoa

2 oranges, 1 botte de radis, 1 échalote fraîche avec les tiges vertes, 1/2 grenade,

100 grs de fèves (surgelées et pelées chez Picard)

de l'huile d'olive

Cuire les graines de quinoa dans une casserole d'eau bouillante salée, compter 15 à 20 mn de cuisson. Ebouillanter les fèves 5 mn. Egoutter et laisser refroidir.

Peler les oranges à vif, récupérer le jus qui s'écoule. Laver et équeuter les radis, les détailler en lamelles. Détacher les graines de grenade.

Lorsque le quinoa et les fèves ont refroidi, réunir tous les ingrédients dans un saladier, ajouter l'échalote pelée et émincée y compris le vert, poivrer et arroser d'un filet d'huile d'olive et du jus d'orange récupéré. Servir bien frais.

Blog : maptitcuisine.canalblog.com