



En collaboration avec

Betty Bossi

Entrée

Salade d'automne au cottage cheese

Mise en place et préparation: env. 15 min

Énergie Portion (1/4):

274 kcal / lip 21 g / glu 11 g / pro 9 g

végétarien, sans gluten, sain et équilibré

Pour 4 personnes

- 50 g de cerneaux de noix
- 4 c. s. de vinaigre de pomme
- 3 c. s. d'huile d'olive
- ½ c. c. de sel
- un peu de poivre
- 2 poires
- 200 g de salade (p. ex. bouquet de salades Betty Bossi)
- 200 g de cottage cheese nature

Voici comment faire:

- 1 Topping:** faire griller les cerneaux de noix à sec dans une poêle, hacher grossièrement.
- 2 Sauce:** mélanger le vinaigre et l'huile dans un grand bol, saler, poivrer.
- 3 Salade:** émincer les poires en fines tranches à la mandoline, les ajouter à la sauce avec la salade, mélanger, dresser sur un plat avec le cottage cheese. Parsemer de noix.

Conseil d'achat

Vous trouverez ces ingrédients au Coop Pronto.

