

SALADE FETA, AVOCAT ET LENTILLES CORAIL



UNE RECETTE ÉLABORÉE AVEC NOS PRODUITS



Lentilles corail
2,5 kg



Lentilles corail BIO
2,5 kg



4
PERS.



15
MIN.



4
MIN.

INGRÉDIENTS

- 250 g de **Lentilles Corail Vivien Paille**
- 100 g de Feta
- 2 avocats
- 1 petit poivron vert ou jaune
- 1 citron vert
- 1 oignon rouge
- 1 gousse d'ail
- 10 feuilles de basilic et/ou de coriandre
- 1 c.c d'huile d'olive
- Sel, poivre.

ÉTAPES DE LA RECETTE

1. Faites cuire les lentilles corail pendant 4 min dans un grand volume d'eau.
2. Egouttez-les et laissez-les refroidir dans un grand saladier. Pendant ce temps, coupez le poivron, la Feta et les avocats en petits dés.
3. Epluchez et coupez finement l'oignon rouge et la gousse d'ail.
4. Lavez et ciselez les feuilles de coriandre / basilic. Incorporez tous ces ingrédients dans le saladier. Mélangez avec les lentilles corail.
5. Ajoutez l'huile d'olive et le jus du citron vert. Salez et poivrez.
6. Conservez au réfrigérateur ½ heure minimum. Servez cette salade bien fraîche avec des grillades.