

SALADE DE FENOUIL ET DE POMMES

Recette

Une salade rafraîchissante de légumes et de fruits qui vous surprendra!

Vinaigrette

- ❑ ¼ t. de yogourt nature de style grec
- ❑ 1 c. à soupe de miel ou sirop d'érable
- ❑ 2 c. à thé de jus de citron
- ❑ ½ c. à thé de moutarde de Dijon
- ❑ ¼ c. à thé de graines de pavot (facultatif)
- ❑ 1 pincée de paprika
- ❑ 1 pincée de sel

Bien mélanger

Salade

- ❑ 1 t. de fenouil coupé en tranches fines
- ❑ ½ t. de céleri coupé en tranches fines
- ❑ ½ t. de raisins rouges sans pépins coupés en deux
- ❑ 1 pomme rouge non pelée en dés
- ❑ ¼ t. de noix de Grenoble hachées (facultatif)

Combiner, ajouter la vinaigrette et déguster!

Bonne idée!

Cette vinaigrette crémeuse est délicieuse avec une salade de pâtes alimentaires ou de pommes de terre.

Saviez-vous que...

- ✓ Le **fenouil** est un légume croquant qui rappelle le céleri, mais qui possède une douce saveur de réglisse noire.
- ✓ La principale partie consommée du fenouil est le bulbe. Couper les tiges et la base, enlever les couches extérieures et couper le bulbe en tranches, en dés, en bâtonnets,...