Salade croquante, vinaigrette au citron

19/11/2019 à 11h19

Par Laurence Benedetti

Pour 6 personne(s)

Ingrédients :

- 1 petit chou vert
- 1 petit chou rouge
- 1 bulbe de fenouil
- 1 concombre
- 3 cuillère(s) à soupe de graines de courge
- 1 poignée de jeunes pousses de salade
- pour la vinaigrette
- 6 cuillère(s) à soupe d'huile d'olive
- 3 cuillère(s) à soupe de vinaigre de cidre
- 1 cuillère(s) à soupe de crème de citron
- 1 cuillère(s) à café de moutarde au miel
- fleur de sel
- poivre blanc du moulin

Préparation :

- Pelez les légumes, lavez-les rapidement sous l'eau froide et passez-les au robot éminceur ;
- Versez les légumes émincés dans un saladier ;
- Ajoutez les pousses de salade et les graines de courge ;
- Réunissez tous les ingrédients de la vinaigrette et émulsionnez-les en allongeant avec 1 ou 2 c. à soupe d'eau si nécessaire ;
- Versez dans le saladier et mélangez bien. Servez aussitôt.