



Salade de quinoa aux noix

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de repos	10 min
Temps de cuisson	30 min
Portions	4
Appareil	Comhair-Steam SE à partir de 2015

Préparation

100 g de quinoa

200 ml de bouillon de légumes

Laver le quinoa dans une passoire, sous l'eau courante. Bien égoutter.

Verser le quinoa avec le bouillon de légumes dans le bac de cuisson et enfourner celui-ci sur la grille dans l'espace de cuisson froid. Cuire.

Cuire à la vapeur 100 °C pendant 30 min

Sortir le quinoa de l'espace de cuisson et laisser reposer 10 minutes.

50 g de noix, grillées

1 branche de céleri

100 g de graines de grenade

1 pomme, rouge

150 de chou rouge

Eplucher le céleri-brancher et le couper en petits dés. Eplucher la pomme et la couper en petits dés. Couper les feuilles de chou rouge en fines lamelles et hacher grossièrement les cerneaux de noix. Mélanger les dés de céleri, les graines de grenade, les dés de pomme, les lamelles de chou rouge et les noix hachées avec le quinoa tiède.

6 cs de vinaigre de pomme

6 cs d'huile d'olive

1 cs de moutarde

3 cs d'eau

1 échalote

2 cs de menthe

Sel

Poivre

Sucre

Pour la vinaigrette, éplucher l'échalote et l'émincer finement. Hacher finement la menthe. Mélanger tous les ingrédients à la salade de quinoa.





Conseils

La salade de quinoa peut être servie avec une salade verte.

Les noix peuvent être grillées au four, à 180 °C (air chaud), ou à la poêle.

Accessoires

Moule en porcelaine 1/3 GN

Grille

