



SALADE GRECQUE

🕒 en tout: 30 min. | de prép.: 30 min.

🌱 Végétarien

📊 Valeur nutritive / personne: 466 kcal Lipides: 25 g Glucides: 39 g Protéines: 16 g

IL VOUS FAUT

4 PERSONNES

Sauce

- 1 cc moutarde
- 4 cs huile d'olive
- 3 ½ cs vinaigre de vin rouge
- 2 gousses d'ail écrasées
- 1 cc sel
- un peu poivre
- 1 bouquet basilic, haché grossièrement

Salade

- 1 oignon rouge en lanières
- 1 concombre concombre, coupé dans la longueur, épépiné, en fines tranches
- 4 tomates, tomates, en quartiers
- 2 poivrons jaunes, en lanières
- 200 g feta, en dés d'env. 1½ cm
- 40 g olives noires

Croûtons

- 200 g pain parisien, en dés d'env. 1½ cm
- ½ cs huile d'olive

VOICI COMMENT FAIRE

Sauce

Mélanger la moutarde, le vinaigre et l'huile, ajouter l'ail, saler et poivrer. Incorporer le basilic.

Salade

Ajouter l'oignon avec tous les ingrédients jusqu'aux olives comprises, mélanger.

Croûtons

Faire dorer le pain dans l'huile chaude pendant env. 5 min. Parsemer la salade de quelques croûtons et servir le reste à part.

BON À SAVOIR

Conseil: remplacer le pain parisien par du pain complet.



FOOBY LAUSANNE BEL-AIR

Uniquement à Lausanne Bel-Air: FOOBY vient d'ouvrir un concept store unique en son genre! Vous pouvez faire vos achats, assister à la production ou tout simplement boire tranquillement un café dans l'ambiance toute particulière de l'ancien théâtre.