



Salade de kale, fraises, betteraves et feta

[RECETTES](#) – [REPAS](#) – [SALADES](#) – [VÉGÉTARIEN / VÉGANE](#)



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION :

15 MIN

TEMPS DE CUISSON :

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 4 tasses de kale, déchiqueté grossièrement
- 5 c. table d'huile d'olive extra-vierge
- 1 grosse gousse d'ail du Québec, hachée finement
- Poivre au goût
- 3 tasses de betteraves, cuites et coupées en dés
- 1 tasse de noix de Grenoble, hachées grossièrement
- Feta au goût (perso, j'ai mis approximativement 1/3 de tasse)
- 1 tasse de fraises du Québec, coupées en tranche

Préparation

1. Dans un bol, mélanger l'huile, l'ail et le poivre.
2. Ajouter le kale et mélanger pour bien enrober.
3. Ajouter les betteraves, le feta, les noix et les fraises.
4. Mélanger un peu.
5. Déguster.