

Salade avec fromage grillé et tomates grillées

RECETTES - REPAS - SALADES - VÉGÉTARIEN / VÉGANE



NOMBRE DE PORTION : 2

TEMPS DE PRÉPARATION : 5 MIN

TEMPS DE CUISSON : 30 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

Pour la salade

- 1 paquet de 160 grammes de fromage à griller avec épices méditerranéennes Doré-Mi, coupé en tranche
- 2 paquets de 190 grammes de tomates cerises Savoura
- 1 c. table d'huile
- Quelques feuilles de basilic frais
- 1 tasse d'épinards frais
- 1 tasse de quinoa (j'ai personnellement pris le Quinoa Medley 5 grains de GoGo Quinoa), cuit selon les indications sur l'emballage
- Poivre du moulin au goût

Vinaigrette :

- ½ tasse de vinaigre de vin rouge
- 2 c. table de basilic frais, haché
- 1 c. table d'origan frais, haché
- 3 gousses d'ail, hachées finement
- 3 c. table de jus de citron
- ¾ tasse d'huile d'olive
- Sel et poivre au goût

Préparation

1. Mélanger tous les ingrédients de la vinaigrette et réserver.
2. Chauffer un poêlon antiadhésif et faire chauffer l'huile.
3. Déposer les tomates et les faire cuire un peu. Perso, j'aime bien les garder un peu fermes afin de conserver un peu d'acidité, mais vous pouvez les faire compoter plus. Allez-y au goût. Réserver.
4. Faire griller les tranches de fromage à griller dans la poêle.
5. Monter les assiettes en mettant du quinoa, les épinards et les tomates. Déposer le fromage à griller et quelques feuilles de basilic sur le quinoa.
6. Arroser de vinaigrette au goût.