



# Salade d'automne

## Quinoa/Noix/Pommes



20 minutes



300/personne



4 personnes



Fibres  
Protéines  
Oméga 3

## Ingrédients



200g de quinoa



50g de noix



2 pommes



100g de roquette



80g de chèvre frais



40g de cranberries séchées



10g de miel

## Étapes

Rincer le quinoa à l'eau froide.

Le faire cuire dans 400 ml d'eau bouillante pendant 12-15 minutes.

Égoutter et laisser refroidir.

Laver et couper les pommes en petits dés.

Dans un grand saladier, mélanger le quinoa refroidi, les dés de pomme, les noix, la roquette, et les cranberries.

Dans un petit bol, préparer la vinaigrette en mélangeant le jus de citron, 30ml d'huile d'olive, le miel, du sel et du poivre. Verser sur la salade et mélanger.

Émietter le fromage de chèvre frais sur la salade.