



Salade lentilles, feta & crudités



10 min
Préparation



340 kcal
/personne



2
Personnes

Les ingrédients

Lentilles cuites	200 g
Feta	100 g
Tomate	1
Carotte	1
Moutarde	1 c.à.c
Huile + vinaigre	2 c.à.c

La préparation

- 1 Couper les crudités en dés ou râper.
- 2 Émietter la feta.
- 3 Mélanger le tout avec les lentilles et une vinaigrette à la moutarde.



Riche en
fibres



Source de
protéines



Source
de calcium