

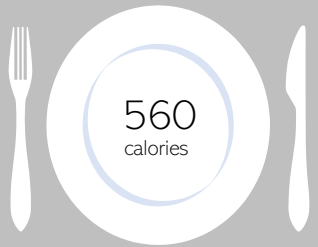


Salade repas à la dinde



Image peut varier selon disponibilité des ingrédients du moment.

INFORMATIONS NUTRITIONNELLES



560
calories

ACCOMPAGNEMENT

À SE PROCURER

Huile d'olive, sel et poivre

INGRÉDIENTS

350 g de poitrine de dinde fumée
1 grosse tomate (ou 2 moyennes)
1 oignon rouge
1 concombre anglais
200 g de chou rouge
125 ml de feta en dés
100 ml de roquette
15 ml de basilic frais
90 ml de vinaigrette grecque

(Manger ce repas en 1^{er} pour profiter de sa fraîcheur)

INSTRUCTIONS

Couper la dinde, le fêta, les concombres et les tomates en dé, l'oignon rouge en rondelle. râper le chou.

Dans un bol, ajouter la dinde, le fêta, le chou, les concombres, les tomates, la laitue roquette. Mettre 1/2 de la vinaigrette au dessus et mélanger.

Ajouter le basilic frais et servir avec le restant de vinaigrette.

Bon Appétit!

TEMPS

10

RÉSULTAT

4



au jour le jour

bon appétit