



SALADE DE QUINOA

Temps de cuisson : 10 min

Portions : 2 à 6 portions

Ingrédients

Salade

1 tasse de quinoa (sec)	1 échalote française émincée
½ piment (couleur au choix)	15 tomates cerise coupées en tranches
1 tasse de concombre coupé en dés	1 tasse de haricots noirs cuits
1 tasse d'edamame	1 tasse de mangue coupée en dés

Vinaigrette

¼ tasse huile d'olive	½ c. à soupe de jus de citron
1 c. à thé de sambal olek (facultatif)	1 c. à thé ciboulette fraîche ou sec
Sel et poivre	1 pincé de sel d'ail
1 pincé d'épice cajun	

Préparation

- Vinaigrette
 - Mélanger tous les ingrédients ensemble à l'aide d'un fouet.
- Salade
 - Faire cuire le quinoa selon les instructions sur l'emballage et laisser refroidir.
 - Mélanger tous les ingrédients ensemble
- Ajouter la vinaigrette à la salade avant de servir.

NOTE : Vous pouvez utiliser cette recette comme repas principale ou bien comme un accompagnement.