

LA RECETTE GOURMANDE

SALADE FRAISES ET FETA

originale et goûteuse



Pour 4 personnes

Commencez par bien laver les pousses d'épinards et les fraises et épluchez le concombre.

Coupez ensuite la feta, l'avocat, le concombre en cubes et les fraises en deux puis émincez l'oignon rouge.

Dans un saladier, ajoutez les pousses d'épinards, les fraises, la feta, le concombre et l'avocat. N'oubliez pas d'ajouter les noix.

Assaisonnez la préparation et mélangez-la.
Ajoutez la menthe en décoration.

Pour un repas complet, accompagnez le tout d'une source de féculents (riz, pâte, pain, boulgour, semoule ou autre).

Bon appétit !

Préparation 20 min

- 3 poignées d'épinard frais
- 1 barquette de fraises
- 1 bloc de feta
- 1/2 concombre
- 1 avocat
- 1/2 oignon rouge
- 1 poignée de noix
- feuilles de menthe