

SALADE DE PETITS POIS & fromage de chèvre frais

 pour 4 personnes

 10 mn

 9 mn

Ingrédients :

1 kg de petits pois bio
1 fromage de chèvre frais
1 gros oignon rouge bio
1 botte de coriandre bio
½ botte de menthe bio
1 jus de citron bio
1 c. à c. de zeste de citron jaune bio
2 c. à s. d'**huile de chanvre**
Sel / Poivre

Préparation :

1. Faire cuire les petits pois dans de l'eau bouillante pendant 9 minutes. Les égoutter et les passer sous l'eau froide. Les mettre dans un saladier.
2. Eplucher et ciseler finement l'oignon rouge.
3. Ciseler la coriandre et la menthe. Ajouter dans le saladier et mélanger.
4. Verser le jus de citron et les zestes dans le saladier.
5. Émietter le chèvre frais, saler, légèrement, poivrer et verser 2 cuillères à soupe d'huile de chanvre.

Déguster bien frais.

