

Salade d'été

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 1/2 pastèque
- 1/2 oignon
- 1 paquet de feta
- olives
- 1/2 concombre
- 2 c. à s. de vinaigre balsamique
- 1 c. à s. de jus d'orange
- 1 c. à c. de miel
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 1 c. à c. d'herbes de Provence
- poivre + sel
- (- 2 petit pains)



Matériel :

- couteau
- planche à découper
- grand bol
- petit bol
- cuillère à soupe
- cuillère à café

1



Pelez et coupez la pastèque en morceaux

2



Mettez la pastèque dans un grand bol

3



Coupez le concombre en petits morceaux et ajoutez-le

4



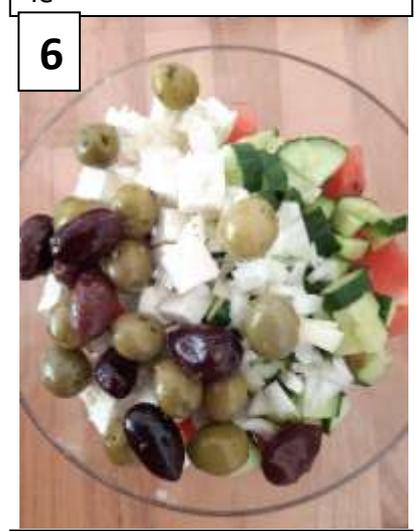
Pelez et hachez l'oignon

5



Coupez la feta en morceaux

6

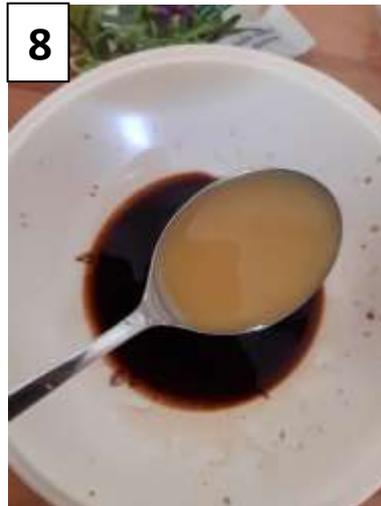


Mettez tout dans un bol. Ajoutez les olives.



7

Mettez 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique dans un bol.



8

Ajoutez 1 cuillère à soupe de jus d'orange



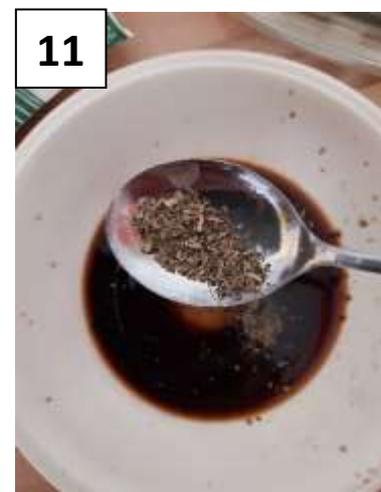
9

Ajoutez 1 cuillère à café de miel



10

Ajoutez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive



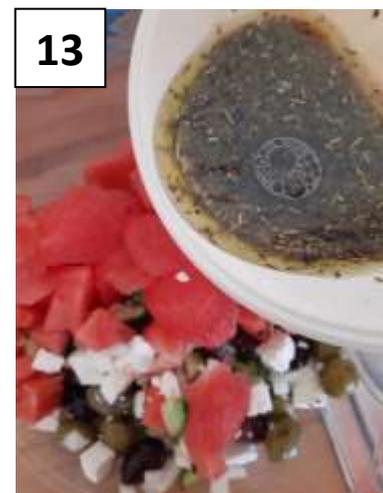
11

Ajoutez 1 cuillère à café d'herbes



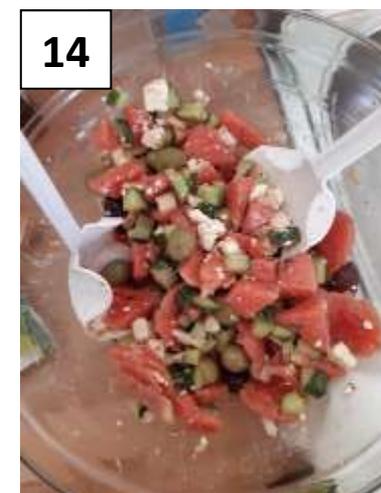
12

Poivre et sel.
Mélangez bien.



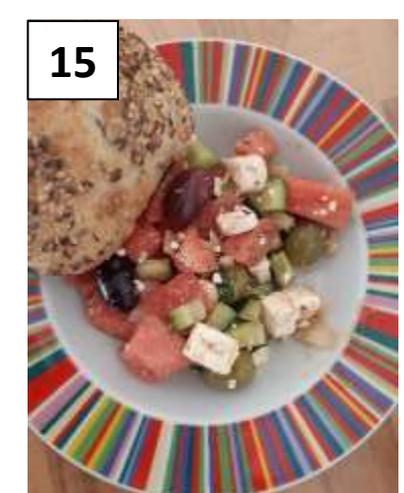
13

Ajoutez la vinaigrette à la salade



14

Mélangez tout bien



15

Vous pouvez ajouter un petit pain.
Bon appétit ! 😊