



Salade d'été à l'avocat et aux fraises



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Facile



Ingrédients

1 petit sachet de pousses d'épinards (ou de roquette)
500 grammes de fraises (équeutées)
2 avocats (dénoyautés et coupés en cubes)
1 paquet de feta
100 grammes de graines et pépins
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre
2 cuillères à soupe de miel
1 cuillère à soupe de graines de moutarde (ou de graines de pavot)
sel et poivre

Méthode de préparation

- 1.** Mettez les jeunes pousses d'épinards dans un saladier.
- 2.** Ajoutez les fraises coupées en quartiers et l'avocat en cubes.
- 3.** Émiettez la feta dans le saladier. Ajoutez les graines.
- 4.** Dans un bol, mélangez l'huile d'olive, le vinaigre de cidre, le miel, les graines de moutarde, du sel et du poivre.
- 5.** Mélangez délicatement cette vinaigrette à la salade.
- 6.** Servez immédiatement.