



Salade de pousses et de fleurs et sa vinaigrette crémeuse à la framboise

Recette sans gluten, sans produits laitiers (sans caséine), hypotoxique et végétalien.

Par : Cuisine l'Angélique

RENDEMENT : 250 ML

(1 tasse) de vinaigrette

PRÉPARATION : 15 MINUTES

INGRÉDIENTS

Vinaigrette :

- 65 g (1/3 tasse) d'huile d'olive
- 65 g (1/2 tasse) de framboises, fraîches ou surgelées
- 60 ml (4 c. à soupe) de sirop d'érable
- 15 ml (1 c. à soupe) de vinaigre balsamique
- 10 ml (2 c. à thé) de jus de lime, fraîchement pressé
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de moutarde de Dijon
- 0,5 ml (1/8 c. à thé) de sel
- Poivre, au goût

Salade :

- Pousses variées, au goût (tournesol, roquette, coriandre, chou rouge, brocoli etc.)
- Fleurs comestibles, au goût
([Voir l'article et la liste des fleurs comestibles](#))

PRÉPARATION

Vinaigrette :

1. Combiner tous les ingrédients de la vinaigrette dans le récipient du mélangeur et battre à haute vitesse jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.
2. Verser la vinaigrette dans un contenant hermétique et conserver au réfrigérateur. Se conserve de 4 à 5 jours.

Service :

1. Répartir les pousses et les fleurs dans des assiettes de service, de façon à former un bel agencement coloré.
2. Verser une quantité de vinaigrette, au goût et servir, tout simplement!



Une salade haute en couleur qui se laissera dévorer d'un simple coup d'oeil!