



SALADE DE FRAISES, ÉPINARDS ET QUINOA

Prep : 10 mins | Portions : 2

INGRÉDIENTS

- 6 tasses de bébé épinards
- 1 avocat coupé en dés
- 2 tasses de fraises tranchées
- 1/2 tasse quinoa cuit
- 1/4 tasse de noix de Grenoble ou de pacanes
- 1/4 tasse de fromage feta émiétté

Vinaigrette

- 1/4 tasse huile d'olive
- 1/4 tasse huile balsamique
- 1 gousse d'ail émiéttée
- 2 c. à thé de sirop d'érable

PRÉPARATION

01

Fouetter ensemble les ingrédients pour la vinaigrette, puis mettre de côté.

02

Dans un grand bol, mélanger le les épinards, avocat, fraises, quinoa, noix et fromage feta.

03

Rajouter la vinaigrette à la salade et servir immédiatement.

Alexandra Hamel
— NUTRITION —