

SALADE CARMINE OCEANE



Pour 4 personnes

300 g de Carmines
200 g de carottes râpées
150 g de grains de maïs
150 g de soja frais
150 g de crevettes roses décortiquées
4 petites tranches de saumon fumé
1 avocat Saint-Morêt
5 c à soupe d'huile d'olive
1 jus de citron Sel et poivre

Séparer les feuilles de Carmines...

Découper le saumon fumé en lamelles...

Mélanger les carottes finement râpées, le soja et le maïs...

Disposer sur le tour de chaque assiette les Carmines, au centre, la salade mélangée.

Répartir la vinaigrette faite avec l'huile d'olive et le citron...

Parsemer l'ensemble de crevettes et de saumon fumé...

Pour la crème d'avocat : J'ai mixé l'avocat avec une portion de Saint-Morêt, du citron, quelques gouttes de tabasco, sel...