

Salade au quinoa, avocat et pamplemousse

Temps de préparation : 20 min – Temps de cuisson : 10 min

Ingrédient(s) (pour 2 personnes) :

- 1 verre de quinoa
- 1 pamplemousse
- ½ avocat
- 50 g d'un mélange de salade
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre

Étapes de préparations :

- 1) Faites cuire le quinoa dans une casserole d'eau bouillante salé comme indiqué sur le paquet.
- 2) Égouttez en fin de cuisson et laissez refroidir.
- 3) Pelez le pamplemousse, levez les suprêmes et récupérez son jus.
- 4) Pelez l'avocat, découpez-le en cubes et arrosez-le de jus de citron.
- 5) Mélangez l'huile d'olive, le jus de pamplemousse, du sel et du poivre dans un saladier.
- 6) Ajoutez le quinoa refroidi, le mélange de salade préalablement nettoyé et essoré, l'avocat et le pamplemousse.
- 7) Mélangez bien et servez sans attendre.