SALADE DE LÉGUMINEUSES, POMMES ET CANNEBERGES

Vinaigrette:
¼ tasse d'huile d'olive
3 c. à soupe de vinaigre de cidre, ou plus au goût
2 c. à soupe de sirop d'érable

Salade:
1 boîte de 540 ml (19 oz) de pois chiches, rincés et égouttés
1 boîte de 540 ml (19 oz) de haricots rouges, rincés et égouttés
1 pomme verte, épépinée et coupée en dés
½ concombre anglais, non pelé et coupé en dés
½ tasse de canneberges séchées
1 oignon vert, émincé
1/4 tasse de noix grillées, au choix (moi arachides)

Vinaigrette:
-Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients au fouet. Saler et poivrer.

Salade:
-Dans le bol avec la vinaigrette, ajouter les légumineuses, la pomme, le concombre, les canneberges et l'oignon vert. Bien mélanger et rectifier l'assaisonnement. Servir et garnir des noix grillées.

NOTE:
Pour le lunch : vous pouvez préparer la salade la veille, mais il est préférable d'ajouter la pomme et l'oignon vert le matin même.

Publié par ***Le coin recettes de Jos***