

## **ÉPINARDS ET FÈVES GERMÉES SAUTÉES À L'AIL**



60 g (2 oz) de raisins de Corinthe  
3 c. à soupe (45 ml) d'huile d'olive extra vierge  
170 g d'épinards, lavés  
1 Petit oignon, émincé  
30 g (1 oz) de pignons, grillés  
1 c. à soupe (15 ml) de miel  
1 gousse d'ail, hachée finement  
170 g (6 oz) Fèves germées  
1/2 citron pressé pour le jus  
Sel et poivre du moulin au goût

-Dans une casserole d'eau bouillante, réhydrater les raisins secs environ 10 minutes puis égoutter et réserver.

-Dans une poêle huilée, faire sauter à feu vif les épinards et l'oignon quelques minutes.

-Ajouter les raisins, les pignons, le miel, l'ail, les fèves germées et le jus de citron puis assaisonner au goût.

Publié par **Le coin recettes de Jos**