

Salade d'automne aux noix, poire, roquette, grenade et bleu d'Auvergne



INGRÉDIENTS pour 4 per



Facile



Bon marché



15 min.



10 min.

Ingrédients

P R É P A R A T I O N

- Laver la poire, retirer le trognon et la couper en quartiers.
- Cuire les quartiers de poire pendant 10min à feu doux dans une poêle avec de l'huile.
- Ajouter 3 cuillères à soupe de sirop d'érable.
- Lorsque les poires sont bien dorées retirées les du feu.
- Saler, poivrer, réserver.
- Laver et essorer la roquette, puis la mettre dans un saladier.
- Ajouter les noix décortiquées. Elles peuvent être grossièrement hachées. Ajouter aussi les arilles de grenade.
- Verser la sauce et mélanger.

POUR LES PETITS PLUS

Vous pouvez ajouter du gomasio ou de la levure de bière en saupoudrant la salade.