

Salade fenouils & fraises sauce miel-moutarde

Ingrédients

Pour 2 personnes :

- 2 fenouils
- 250g de fraises
- Poivre
- 2-3 mini burratas
- 1 cuillère à café de moutarde
- 2 cuillères à café de miel
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe d'huile de colza
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de pomme
- 2-3 pincées de sel

Comment procéder ?

- Couper les fenouils à la mandoline et les rincer
- Couper les fraises en 2 ou en 4 en fonction de la taille et les rincer
- Mélanger les fraises et les fenouils ajouter 2-3 tours de moulin à poivre
- Dans un bol, mettre la moutarde, le miel, les huiles et le vinaigre et mélanger jusqu'à ce que le mélange soit homogène
- Ajouter le sel et bien mélanger
- Disposer dans votre assiette le mélange fenouils et fraises
- Ajouter 2 cuillères à soupe de sauce à salade puis la burrata avec un peu de crème de balsamique

Astuces :

- Vous pouvez aussi ajouter du poulet dans la salade
- Faire mariner les fraises avec un peu de poivre pendant qu'on prépare le reste de la recette
- Vous pouvez ajouter aussi un œuf au plat



Mettez du pep's dans votre assiette ! 😊