

Recette de la semaine : Salade de riz



Ingrédients :

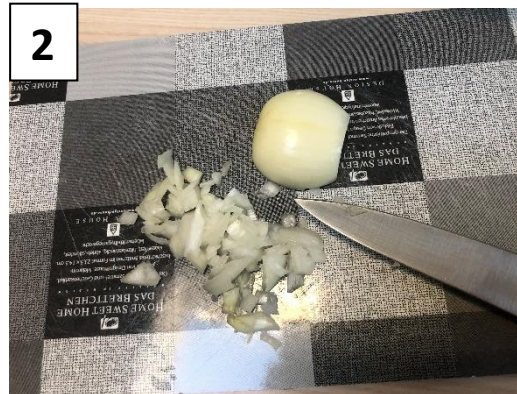
- Rice
- 10 petites tomates
- 1 pot de petits pois
- 1 boîte de maïs
- 1 carotte
- Feta
- Huile
- Vinaigre
- Poivre
- Sel

Matériel :

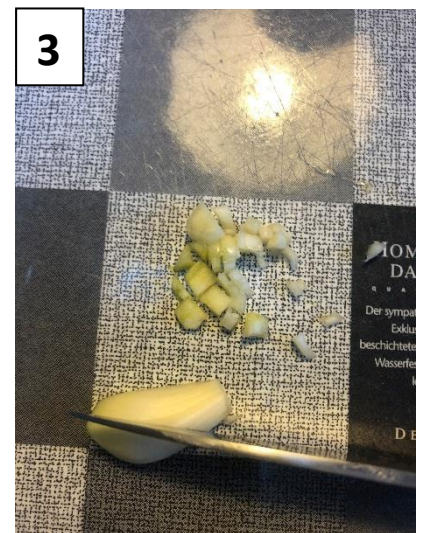
- marmite
- passoire
- grand bol
- petit bol
- Couteaux
- Planche à découper
- cuillère à soupe + cuillère à café



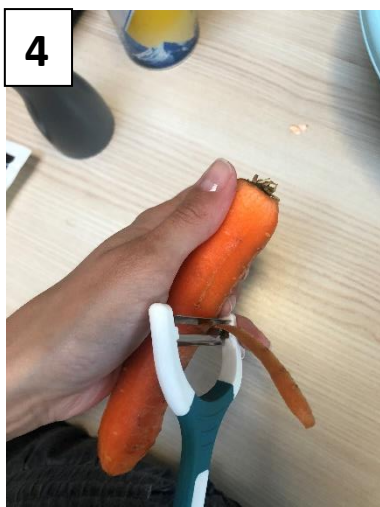
Faites d'abord cuire le riz et laissez-le refroidir.



Pelez l'oignon et hachez-le très finement. Mettez-le dans le grand bol.



Pelez l'ail et hachez-le très finement.



Pelez la carotte

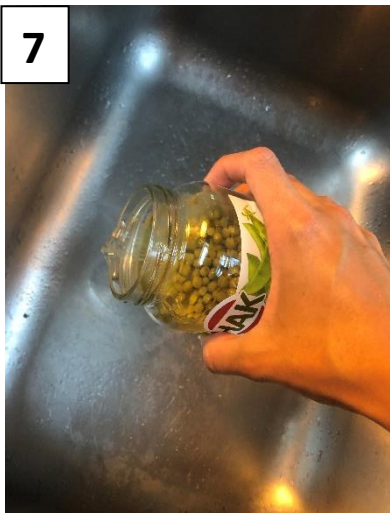


Couper la carotte en petits morceaux



Lavez les tomates et coupez-les en deux.

7



Versez l'eau des pois.

8



Versez l'eau du maïs.

9



Versez le tout dans le grand bol avec le reste des ingrédients.

10



Ajoutez le riz refroidi aux légumes

11



Prenez un petit bol. Mettez-y 2 cuillères à soupe d'huile.

12



Ajoutez 3 cuillères à soupe de vinaigre

13



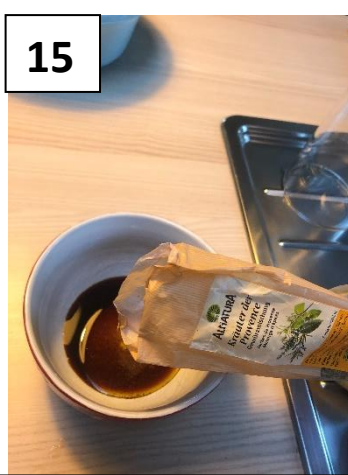
Ajoutez une ½ cuillère à café de poivre

14



Ajoutez une ½ cuillère à café de sel

15



Ajoutez une cuillère à café d'herbes et mélangez bien

16



Ajoutez la vinaigrette à la
salade de riz et mélangez
bien



Nous vous souhaitons
un bon appétit !

