

Salade de chou kalé, tofu fumé, pois-cassé et sarrasin

Pour 2 personnes :

La salade :

- 200g de tofu fumé
- 2 feuilles de chou kale
- 30g de pois cassés
- 30g de sarrasin
- 1 poignée de maïs
- quelques cranberries
- quelques feuilles de basilic frais

La vinaigrette :

- 1,5 cuillère à soupe d'huile d'amande
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 1 petite cuillère à café de moutarde à l'ancienne

Faire cuire le sarrasin et les pois cassés environ 10 minutes dans de l'eau bouillante salée.

Pendant ce temps laver les feuilles de chou kalé et les couper finement.

Couper le tofu en dés et le faire griller dans une poêle.

Emulsionner les ingrédients de la vinaigrette ensemble.

Hacher le basilic finement.

Rincer les céréales à l'eau froide.

Mélanger tous les ingrédients ensemble et saupoudrer de cranberries.