

metro



Salade de boucles

Évaluer cette recette ☆☆☆☆☆ 0 Vote

6 PORTIONS | 0:10 PRÉPARATION | 0:10 CUISSON | 0:50 TEMPS TOTAL

Ingrédients

- 375 g Boucles moyennes

- 12 Tomates cerises coupées en quartiers

- 1 Poivron vert, orange ou rouge coupé en dés

- 250 ml Fromage cheddar faible en gras coupé en dés
(1 tasse) ou fromage mozzarella partiellement écrémé

- 80 ml Oignon rouge tranché ou haché finement
(1/3 tasse)

- 60 ml Persil frais
(1/4 tasse)

- 250 ml Vinaigrette italienne ou aux fines herbes
(1 tasse) préparée

Préparation

Faire cuire les boucles selon le mode d'emploi figurant sur l'emballage.

Égoutter les boucles et les rincer à l'eau froide pour les refroidir; bien égoutter. Mélanger les boucles, les tomates, le poivron, le fromage, l'oignon, le persil et la vinaigrette; bien mélanger.

Couvrir et laisser reposer 30 minutes pour bien marier les saveurs.

Remuer doucement avant de servir.

Source : Catelli

Accords vins et mets



Fruité et léger

Ces vins légers se reconnaissent à leurs arômes simples de fruits, leur sensation de fraîcheur et leur structure peu imposante. Ils doivent être consommés dans leur jeunesse.

© Société des alcools du Québec, 2007

Accords bières et mets



Aromatisée et rafraîchissante

Appréciée pour son arôme frais d'agrumes.

Un goût léger et un peu acidulé, légèrement à moyennement sucré, avec une finale sèche.

Mentions légales

Metro Richelieu inc. , ses compagnies affiliées et ses filiales n'engagent pas leur responsabilité pour toutes circonstances découlant de l'utilisation des recettes suggérées. Il appartient à la personne utilisant ce site de s'assurer que chacun des ingrédients est conforme à son régime de vie et/ou à ses restrictions alimentaires.
