



## Salade de lentilles aux noix et au chèvre Sainte-Maure-de-Touraine

Niveau de difficulté

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Recette pour 4 personnes

### Ingrédients

- 500 g de lentilles
- 150 g de cerneaux de noix
- 1 Sainte-Maure-de-Touraine
- 250 g de raisins blancs
- Quelques brins de roquette
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 3 cuillères à soupe de vinaigre de Xérès
- 1 cuillère à café de miel d'acacia

1. Faire cuire les lentilles, les égoutter et les réserver au froid.  
Découper les raisins en deux. Concasser les noix.
2. Trancher le Sainte-Maure-de-Touraine.
3. Préparer l'assaisonnement en mélangeant le vinaigre Xérès, le miel et l'huile d'olive.
4. Dans un saladier, mélanger les lentilles, les feuilles de roquette, les raisins, les noix concassés et les rondelles de Sainte-Maure-de-Touraine. Assaisonner et déguster !

### **Le saviez-vous ?**

La tradition veut que l'on coupe le fromage par son côté le plus évasé. En effet, lorsqu'on démoule le fromage de la faisselle, des « tétines » se dessinent sur l'extrémité la plus petite du fromage. La légende raconte que si ces « tétines » sont coupées, la chèvre ne donnera plus de lait...

© Le Criel - AOP Fromages de chèvre du Centre