



### Salade de quinoa aux agrumes et aux fruits secs

Niveau de difficulté : très facile

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Recette pour 3 à 4 personnes

#### Ingrédients

- 200 gr de quinoa
- 1 pomelo
- 2 clémentines
- 1/2 oignon rouge
- 100 gr de mélange énergie Natur' & Bon de Vico
- 1 avocat
- Une belle poignée de roquette

Pour la vinaigrette

- 1 petite orange pressée
- 1/2 citron vert pressé
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à café de moutarde
- Sel & poivre

1. Rincez le quinoa sous l'eau claire puis faites-le cuire dans une casserole d'eau bouillante salée environ 15min. Rincez-le sous l'eau froide, réservez.

2. Mélangez les ingrédients de la vinaigrette. Émincez finement l'oignon rouge, concassez le mélange énergie Natur' & Bon de Vico et ajoutez le tout au quinoa. Versez les 3/4 de la vinaigrette, mélangez.
3. Épluchez les agrumes et découpez-les en rondelles ou demi-rondelles selon vos préférences. Épluchez et émincez l'avocat.
4. Au moment de servir, disposez dans les assiettes une petite poignée de roquette, le mélange de quinoa, les morceaux d'agrumes et quelques tranches d'avocat. Recouvrez d'un peu de vinaigrette - surtout l'avocat - salez & poivrez. Dégustez.