



Salade de quinoa à l'indienne

LA CUISINE DE BOOMY

pour 4 pers / 6 spl ou 5 pp par pers

- 180 gr de quinoa gourmand
- 2 courgettes
- 3 tomates
- 150 gr de râpé de jambon
- 1 cs d'huile de tournesol
- 1 gousse d'ail
- 1 cs de curcuma
- 1 cs de curry
- 1/2 cs de cumin
- Sel, poivre

Cuire le quinoa comme indiqué sur le paquet. Égoutter, rincer sous l'eau froide et réserver au frais.

Couper les courgettes en dés et les tomates en gros morceaux.

Dans une sauteuse faire chauffer l'huile, y ajouter les courgettes, le curcuma l'ail pressé, le cumin et le curry. Bien mélanger l'ensemble. Saler et poivrer.

Ajouter les tomates et poursuivre la cuisson quelques minutes. Les courgettes doivent rester croquantes.

Dans un saladier, mélanger le quinoa avec la poêlée de légumes.

Laisser refroidir.

Une fois la salade froide rajouter le râpé de jambon et servir de suite.