

Salade de lentilles noires, chou-fleur et orange



<http://www.lesrecettesdejuliette.fr>

Ingrédients, pour 4 personnes :

- 100 g. de lentilles noires beluga
 - 3 oranges
 - 200 g. de chou-fleur
- 1 petit bouquet de coriandre fraîche
 - Sel gris de mer
 - Poivre du moulin

La recette de Juliette :

- Rincer les lentilles et les faire cuire dans 3 volumes d'eau pendant 20 minutes. Les égoutter et laisser refroidir.
 - Laver le chou-fleur et le mixer finement au robot.
- Éplucher les oranges à vif et les détailler en suprêmes (c'est-à-dire en quartiers, sans la petite peau fine).
 - Ciseler la coriandre.
- Mélanger tous les ingrédients dans un grand saladier. Saler & poivrer à convenance. Réserver au frais.
- Avant de servir, assaisonner avec une vinaigrette maison (huile d'olive + vinaigre de vin rouge + moutarde).