

ESCALOPE ÉPINARDS FROMAGE AVEC SALADE DE LÉGUMES VERTS

INGRÉDIENTS

1 paquet d'escalope épinards fromage Garden Gourmet

200 g de mélange de haricots rouges

100 g d'épinards

6 radis

2 càs de maïs

4 càs d'huile d'olive extra vierge

2 càs de vinaigre balsamique

Sel et poivre

 2 PORTIONS

 20 MIN

 FACILE

Une délicieuse salade pleine de légumes verts et l'escalope veggie aux épinards et au fromage. Pleine de saveurs et super facile à faire. Essaye-le de toi-même !

PRÉPARATION

1. Préparer le brocoli

Couper le brocoli en bouquets et les blanchir dans de l'eau bouillante salée pendant environ 4 minutes jusqu'à ce qu'ils soient juste cuits. Égoutter et laisser refroidir.

2. Cuire les escalopes aux épinards et au fromage

Cuire les escalopes aux épinards et au fromage selon les instructions sur l'emballage à la poêle ou au four.

3. Faire la salade

Mélanger les épinards et le brocoli dans un grand bol. Assaisonner avec de l'huile d'olive, du vinaigre balsamique, du sel et du poivre.

4. Chauffer le mélange de haricots

Chauffer légèrement le mélange de haricots.

5. Servir le plat

Répartir la salade dans des assiettes ou dans un bol. Verser dessus le mélange de haricots, de maïs et de radis et ajouter les escalopes aux épinards et au fromage.

**RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR
GARDENGOURMET.BE/FR**