



Salade épinards

Oeuf et feta

Ingrédients

4 personnes

Une poignée de pousses d'épinard

Une poignée de mâche

Une petite poignée de champignons de Paris

1 fleuron de chou-fleur

1 œuf

80g de feta

½ avocat

3 radis

Mélange à base de noix de

Grenoble, pignons de pin,

graines de courge et graines de lin

Instructions

- Coupez le fleuron de chou-fleur, les radis et les champignons en fines lamelles
- Coupez la feta et le demi-avocat en petits cubes
- Faites cuire l'œuf 6 minutes pour qu'il soit mollet
- Disposez tous les ingrédients dans une assiette