

Recette Salade de kale

Salade de kale, canneberges et pacanes¹

Ingrédients: (2 bol de salades)

- 5-6 feuilles de kale moyennes, hachées grossièrement (Pour les grosses feuilles, on enlève la tige au milieu de la feuille, car elle est très dure)
- une poignée de canneberges séchées
- une poignée de pacanes
- 2 échalotes (oignons verts) hachés
- Fines herbes au choix : Thym, basilic, etc.
- Vinaigrette de votre choix

Exemple de vinaigrette - À la lime et au gingembre

- 3 c. à soupe de jus de lime
- 2 c. à soupe huile sésame
- 3 c. à soupe huile d'olive
- 1 gousse d'ail pressé
- 1 c. à soupe de gingembre, haché finement
- 1/4 tasse de sirop d'érable

1-Source: <http://assiette-vegan.blogspot.com/2014/01/salade-de-kale-canneberge-et-pacane.html>