



Salade de cresson au saumon fumé

Mise en place et préparation:
env. 25 min
Entrée pour 4 personnes

Portion: 219 kcal, pro 14g, glu 3g,
lip 17g

1 c. s. de moutarde forte

2 c. s. de vinaigre à l'ail des ours (voir «Suggestion» à droite) ou de vinaigre aux herbes

4 c. s. d'huile de colza

¼ de c. c. de sucre

½ c. c. de sel

un peu de poivre

100 g de cresson de fontaine

1 botte de petits radis,
en lamelles

200 g de cottage cheese
nature, rincé

100 g de tranches de saumon
fumé

1. Mélanger la moutarde et tous les ingrédients jusqu'au sucre compris, saler, poivrer.
2. Répartir cresson, radis, cottage cheese et saumon sur des assiettes, arroser avec la sauce à salade.

Suggestion: **vinaigre à l'ail** **des ours**

Envie de profiter plus longtemps du parfum de l'ail des ours? Emprisonnez-le dans ce vinaigre!

Préparation: mélanger 20 g d'ail des ours finement avec 5 dl de vinaigre de vin blanc, laisser macérer env. 2 semaines à couvert au réfrigérateur. Filtrer le vinaigre dans une bouteille, conserver bien fermé.

Conservation:
env. 2 mois.

