

Préparation

Fruité-salé en verrine



Profil nutritionnel par personne:

60 kcal
lip 3 g
glu 7 g
pro 1 g

 easy
 env. 15min
 4 personnes
 végétarien

- 1 CS de **vinaigre** balsamique blanc
 - 1 CS d' **huile** d'olive
 - 1 CC de **miel** liquide
 - 0.25 CC de **harissa** ou de sambal oelek
 - 0.25 CC de **sel**
-
- 3 petites **fraises**, en lamelles
 - 2 **abricots**, en petits dés
 - 0.25 de **concombre**, épépiné, en brunoise
 - 25 g de **roquette**, grossièrement ciselée

Comment c'est fait:

1. Bien mélanger le vinaigre avec tous les ingrédients, y compris le sel.
2. Incorporer les fruits, le concombre et la roquette, remplir dans des verrines.