

Salade de cresson et son lapin en carotte

Ingrédients

Pour 4 personnes

1 emporte-pièce en forme de lapin d'env. 5 cm de haut

4 poignées de cresson alénois et de fontaine

1 grande carotte, parée, détaillée en longues lamelles de 2-3 mm d'épaisseur

grains de poivre pour les yeux

vinaigrette:

1 cs de jus de carotte ou d'orange

2 cs de vinaigre aux herbes

1 cc de moutarde

3 cs d'huile de colza

sel

poivre du moulin

garniture:

100 g de mozzarelline suisses

curry et paprika

pâquerettes



Préparation

préparation: env. 30 min

1. Répartir le cresson dans des bols. Découper des lapins de carotte à l'emporte-pièce, planter dans la salade.
2. Vinaigrette: mélanger tous les ingrédients, assaisonner. Verser en filet sur la salade juste avant de servir.
3. Garniture: égoutter les mozzarellines. En rouler 1/3 dans le curry et 1/3 dans le paprika. Répartir ces petits "oeufs de Pâques" dans la salade, décorer.

Utiliser les restes de carotte pour une soupe ou une tarte.

Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 154 kcal; protéines: 5 g; lipides: 13 g; glucides: 5 g.