



FONDATION  
POUR LA NATURE  
ET L'HOMME



## SALADE DE POIS CHICHE



1 pers.



15 min de  
préparation



20 min



Facile



2,55 € /portion  
en bio

### Ingrédients



250 g de tomates  
anciennes



100 g de pois  
chiches



30 g de Fêta



45 g d'abricots



Vinaigrette  
maison

### Étapes de la recette



#### 1 - Trempage

Mettre les pois chiches  
à tremper la veille dans  
un grand volume d'eau  
froide



#### 2 - Cuisson

Égoutter les pois  
chiches, et les mettre à  
cuire dans un grand  
volume d'eau  
pendant 20 minutes.



#### 3 - Découpe

Couper les tomates  
en quartiers, les  
abricots en 4, et la  
fêta en cubes de 1  
cm.



#### 4 - Dégustation

Mélanger tous  
les ingrédients à  
la vinaigrette et  
déguster

Une recette proposée par le restaurant

**mûre**