

Salade d'épinard et feta aux épices douces

Ingrédients pour 4 personnes

- 200 g de jeunes épinards frais
- 1 bloc de feta
- 1 courgette (une fois n'est pas coutume la courgette italienne est là)
- 200 g de pois chiches (en conserve)
- 1 gousse d'ail
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à café de citron
- 1 c. à café de cumin
- 1 c. à café de paprika
- 1 citron
- feuilles de menthe
- 1 petit oignon rose

Préparation

Éplucher et couper un petit oignon rose en rondelles.

Rincer et couper la courgette en dés.

La faire fondre à la poêle dans un peu d'huile d'olive pendant 5-6 minutes pour qu'elle soit tendre. Réserver.

Fouetter l'huile d'olive avec le vinaigre, le cumin et le paprika.

Éplucher, écraser l'ail et l'intégrer à la vinaigrette. Réserver.

Égoutter les pois chiche.

Couper la feta en petits cubes.

Dans un saladier, réunir les pousses d'épinards et tous les autres ingrédients. Arroser de la vinaigrette.

Disposer les rondelles d'oignon et la feta, parsemer de menthe fraîche ciselée avant de servir.

