Salade de pois chiches au chorizo

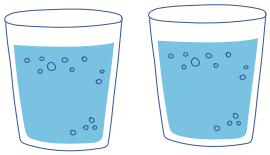
BERRY GRAINES
Supergraines alimentaires

Conseils de préparation

1 volume de pois chiches

Tremper les graines dans l'eau

3 volumes d'eau bouillante



A ébullition: cuisson 60 min à feu moyen

C'est prêt !

A cuisiner chaud ou froid. Le pois chiche est la légumineuse idéale pour la préparation de couscous, houmous, falafels, dhals...

Recette :

x4

400g de pois chiches cuits , 1 poivron rouge, 80g de maïs cuits, 110g de chorizo en dès, 1 oignon rouge, 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin, 4 cuillères à soupe d'huile de cameline, sel, piment d'Espelette.

- Tailler en dès le poivron, hacher finement l'oignon rouge. Mélanger tous les ingrédients, assaisonner avec l'huile et le vinaigre, ajuster si nécessaire.

recette fait par : l'atelier des papilles