



INGRÉDIENTS : 4 PERS.

1 chou-fleur
1 pomme
curry
piment en poudre
huile
jus de citron
sel, poivre

Préparation

20 min

Repos

1 h

PRÉPARATION :

1. Lavez la pomme et pelez-le à l'économe.
2. Lavez votre chou-fleur puis, sur une planche de cuisine coupez-le en 2 parties égales.
3. A l'aide d'une râpe adaptée, râpez une moitié de votre chou-fleur dans un saladier.
4. âpez également la pomme dans le même récipient.
5. Versez 1 c. à soupe de jus de citron sur ces ingrédients râpés.
6. Dans un petit bol, mélangez 1 pincée de curry, 1 pincée de piment, du sel et du poivre.
7. Avec le mélange du bol, saupoudrez le contenu du saladier.
8. Mélangez bien le tout puis, versez 2 c. à soupe d'huile sur votre préparation.
9. Mélangez pour une dernière fois puis laissez mariner pendant 1 h.
10. Dégustez.

ASTUCES

Réalisez en 10 étapes cette recette de Salade de chou-fleur et pomme au curry avec CuisineAZ. Pour en savoir plus sur les aliments de cette recette de salades, rendez-vous ici sur notre guide des aliments.