

- LES RECETTES DE TOURNEVENT -

VINAIGRETTE AUX ASPERGES & FLEUR D'AIL

Fraîche, savoureuse et 100 % québécoise.
Une salade estivale parfaite pour accompagner
vos grillades ou mettre en valeur les
légumes du jardin.



Astuce Tournevent

Ajoutez quelques copeaux de parmesan
ou un fromage de chèvre frais pour une
salade encore plus gourmande.



10 MINUTES
Préparation



4 PORTIONS



À cuisiner
avec votre
récolte
du jour !

INGRÉDIENTS

POUR LA VINAIGRETTE

- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile de canola biologique Tournevent
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile de chanvre biologique Tournevent
- 15 ml (1 c. à soupe) de vinaigre balsamique de camerise
- 1 c. à soupe de fleur d'ail Tournevent finement hachée
- 1 gousse d'ail, pressée
- Sel et poivre, au goût

POUR LA SALADE

- 12 asperges blanchies et refroidies
- 7 radis tranchés finement
- 4 tasses de laitue ou de jeunes verdure
- 60 ml (¼ tasse) de graines de chanvre légèrement grillées

PRÉPARATION

-  Fouetter tous les ingrédients de la vinaigrette jusqu'à obtenir une texture homogène.
-  Déposer les asperges, les radis et la salade dans un grand bol.
-  Ajouter les graines de chanvre grillées.
-  Verser la vinaigrette et mélanger délicatement.
-  Servir immédiatement.

Encore plus
de recettes !



Scannez le code
pour découvrir nos
autres recettes et
visiter notre boutique
en ligne. ♥

www.tournevent.ca


TOURNEVENT^{MC}