

Salade de quinoa et boulgour aux cranberries



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
500 g	Boulgour en sac 5 kg VIVIEN PAILLE	0011625
500 g	Canneberge séchée émincée en sachet 500 g GEORGES COLIN	0247709
PM	Sel gros iodé en sachet 1 kg CEREBOS	0066251
2 centilitres	Huile d'olive extra vierge Prodigieuse en bouteille verre 50 cl BORGES	0042475
10 g	Persillade lyophilisée en boîte 115 g DUCROS	0170860
800 g	Pignon de pin en sachet 1 kg DOMINO	0005064
PM	Poivre blanc moulu en sachet 1 kg LA CASE AUX EPICES	0001995
500 g	Quinoa Bio en sac 2,5 kg VIVIEN PAILLE	0167633
200 g	Salade roquette	~
2 centilitres	Sauce vinaigrette basilic en bouteille 1 L MAILLE	0020123
PM	Sel de mer fin en sachet 1 kg LA TABLEE	0025254
200 g	Tomates semi-séchées à l'huile de tournesol en boîte 4/4 DEMETRA	0097979

Étapes de préparation

- 1 Mettre en cuisson le quinoa et le boulgour séparément dans une eau salée. Refroidir les céréales, ajouter de l'huile d'olive et réserver au frais.
- 2 Tailler les tomates semi-séchées en morceaux et réhydrater les cranberries dans de l'eau chaude.

- 3 Torrifier les pignons de pins dans une poêle avec un peu de matière grasse et assaisonner de sel et de poivre.
- 4 Mélanger les céréales (boulgour et quinoa), ajouter les cranberries, la persillade, les tomates et bien mélanger le tout.
- 5 Dresser le mélange céréale avec la salade roquette et terminer avec les pignons de pin.

Le bon accord vin

Pour accompagner votre recette, nous vous proposons un Côtes-du-Rhône blanc AOC 2016 en bouteille 75 cl LE VIOGNIER DE TIMOTHEE