

Salade de Petit Épeautre du Velay à la truite fumée de Vourzac et agrumes



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.625	Petit épeautre du Velay HVE en sachet 1 kg SABAROT	0281429
0.5	Truite fumée de Vourzac	~
3 PCE	Pamplemousses	~
5 PCE	Oranges	~
2 PCE	Oignons rouges	~
1.5 PCE	Poivrons rouges	~
1 PCE	Botte de ciboulette	~
2 PCE	Citrons verts	~
0.15	Vinaigre balsamique blanc	~
0.25	D'huile d'olive	~

Étapes de préparation

- 1 Faites cuire 625g de Petit Épeautre du Velay HVE 10 minutes Sabarot.
- 2 Pendant ce temps, taillez 500g de truite fumée de Vourzac en petits cubes.
- 3 Pelez 3 pamplemousses et 5 oranges puis levez les segments et taillez-les en petits morceaux.
- 4 Ciselez finement 2 petits oignons rouges, épluchez 1,5 poivron rouge et taillez-le en petits cubes. Émincez 1 botte de ciboulette.
- 5 Mettez dans un plat le Petit Épeautre du Velay, la truite fumée, les agrumes, l'oignon, le poivron et la ciboulette.

- 6 Pressez le jus de 2 citrons verts, ajoutez 15 cl de vinaigre balsamique blanc et 25 cl d'huile d'olive.
- 7 Mélangez bien et assaisonnez suivant votre goût. Servez frais.