

Des moments de saveur avec Brunos

Salade d'avocat et de fraises



30 minutes



4 portions

Ingrédients

100 g	de fraises
1	avocat
1 tige	de rhubarbe
1	citron
1 poignée	de jeunes pousses d'épinards
1	laitue iceberg
10 feuilles	de basilic
20 g	de pignons grillés
2 cs	de ciboulettes
	Fleurs de sureau
	Sauce salade Bruno's Fitness
	Sauce salade Bruno's Tomate&Basilic

La délicatesse de l'avocat combinée à la douceur de la fraise – une explosion de saveurs! La salade légère à l'avocat et aux fraises s'harmonise parfaitement avec l'ambiance estivale. Les sauces salades Bruno's Fitness et Tomate&Basilic confèrent à cette salade une note légèrement épicée et complètent cette expérience gustative.

Préparation

1. Couper l'avocat en deux, retirer le noyau et couper la chair en gros morceaux. **2.** Couper la tige de rhubarbe en rondelles, laver les fraises, les égoutter et les couper en dés. Réunir le tout dans un saladier. **3.** Détacher soigneusement les feuilles externes de la laitue iceberg de sorte à pouvoir les dresser sur les assiettes en forme de petites coquilles. Couper les feuilles intérieures en fines lanières et ajouter au contenu du saladier. **4.** Ajouter les sauces salades Bruno's Fitness et Tomate & Basilic au mélange de laitue coupée, fraises, avocat et rhubarbe, bien mélanger et laisser mariner. **5.** Dresser la salade assaisonnée dans les coquilles de feuilles de laitue et répartir par-dessus quelques feuilles d'épinards ainsi que la ciboulette. **6.** Râper le zeste du citron par-dessus la salade. **7.** Décorer avec les pignons grillés et les feuilles de basilic. **8.** Pour terminer, arroser le tout avec un filet de sauce salade Bruno's Fitness et de sauce salade Bruno's Tomate&Basilic. **9.** Décorer avec les fleurs de sureau.

Bon appétit!



brunosbest.ch