



**Isabelle Jamin - Cabinet Naturabelle**

64, rue Jean Bernard  
55000 BAR-LE-DUC  
isabelle.jamin@jamest.fr  
06 64 87 29 90  
<https://isabellejamin.fr>

## ENTRÉE

# Salade d'été



### Préparation de la recette :

#### Étape 1

Préparer la vinaigrette en ajoutant tous les ingrédients.

#### Étape 2

Emincer l'oignon et le mélanger à la vinaigrette.

#### Étape 3

Laver et couper les légumes en morceaux et les ajouter.

#### Étape 4

Parsemer d'olives noires.

### Durée total réalisation : 10 mn

- Temps préparation : 10 mn
- Temps repos : mn
- Temps cuisson : mn

### Ingrédients (pour 4) :

- 1 salade verte
- 1 oignon blanc et/ou 1 oignon rouge
- 4 beaux champignons de Paris
- 2 ou 3 tomates bien mures
- quelques olives noires

Pour la vinaigrette:

- 1 cuillère à soupe de tartare d'algues
- 2 cs d'huile d'olive
- 2 cs d'huile de colza ou de lin
- sel, poivre