

Salade d'avocat et de haricots noirs



Salade d'avocat et de haricots noirs

Ingrédients

- ✓ 1 boîte de haricots noirs, rincés et égouttés (ou trempés et cuits à la maison)
- ✓ ½ tasse de grains de maïs biologiques (surgelés, si désiré)
- ✓ 2 avocats, en dés
- ✓ ¼ tasse d'oignon rouge, en dés
- ✓ 1 tasse de tomates raisins, tranchées
- ✓ ¼ tasse de coriandre fraîche, hachée
- ✓ 2 limes, pressées
- ✓ 4 c. à table de vinaigre balsamique
- ✓ 2 à 3 c. à table d'huile d'olive extra-vierge
- ✓ Sel de mer non raffiné
- ✓ Poivre



Préparation

1. Bien mélanger tous les ingrédients dans un saladier, sauf le jus de lime, le vinaigre et l'huile d'olive.
2. Mélanger à part le jus de lime, le vinaigre et l'huile d'olive et ajouter à la salade. Sel et poivre, au goût.



Pour me joindre



marjosante.com



info@marjosante.com



(514) 949-6754



[Marjo Santé](#)



[Marjo Santé](#)