



CPE

Chez tante Juliette



Titre : SALADE D'ORGE MONDÉ

Ingredients :

- 125 ml (1/2 tasse) d'orge mondé
- 1 oignon rouge
- 1 poivron jaune
- 1 poivron vert
- 310 ml (1 1/4 tasse) de maïs en grains
- 16 tomates cerises coupées en deux
- 60 ml (1/4 de tasse) d'huile d'olive
- 30 ml (2 c. à soupe) d'origan frais haché
- 15 ml (1 c. à soupe) de jus de citron
- 15 ml (1 c. à soupe) de zestes de citron
- 15 ml (1 c. à soupe) de moutarde de Dijon
- sel et poivre au goût

Méthodes :

Cuire l'orge selon le mode de préparation indiqué sur l'emballage.
Laisser tiédir.

Dans un saladier, mélanger l'huile d'olive avec l'origan, le jus de citron, les zestes et la moutarde. Saler et poivrer.

Couper l'oignon et les poivrons en dés.

Une fois l'orge refroidi, déposer tous les ingrédients dans le saladier et mélanger.

Réfrigérer 30 minutes avant de servir.

Astuces :

