



# Salade Pois Chiches & Betterave

Recette Visuelle  
par DAREBEE  
© darebee.fr

2 betteraves cuites  
1 boîte ~ 240g de pois chiches cuits  
1 boîte ~ 160g de petits pois surgelés  
2 c.à.s de vinaigre balsamique  
1 c.à.c de mélasse (facultatif)  
2 gousses d'ail écrasées (facultatif)

2 PORTIONS

**AMÉLIORER:** Ajoutez les oignons de printemps et les graines de sésame.

1



2



3



4



## INSTRUCTIONS

1. Coupez les betteraves en dés et déposez-les dans une assiette.
2. Égouttez et rincez les pois chiches et ajoutez-les à la betterave.
3. Décongelez les petits pois et ajoutez-les au légumes.
4. Mélangez le vinaigre balsamique avec la mélasse et l'ail écrasé, si vous les utilisez, et arrosez la salade. Assaisonnez selon vos goûts, garnissez d'oignons de printemps et saupoudrez de graines de sésame.