



SALADE DE LENTILLES AU SAUMON FUMÉ

 30 min

 2 pers

☆☆☆ Facile

INGRÉDIENTS :

- 200 g de mélange lentilles façon petit-salé { réf 09550 }
- 4 tranches de saumon fumé
- 1 citron
- 3 branches de persil

PRÉPARATION :

1. Dans une casserole, verser 750 ml d'eau froide.
2. Ajouter le mélange lentilles façon petit-salé.
3. Lancer la cuisson à feu moyen, pendant 20-30 minutes.
4. Détailler en carrés vos tranches de saumon.
5. Hacher le persil.
6. Lorsque le mélange de lentilles façon petit-salé est cuit, égoutter le.
7. Attendre qu'il refroidisse.
8. Ajouter le saumon.
9. Assaisonner avec le citron.
10. Disposer le persil haché sur votre salade.
11. **Bon appétit !**

Les lentilles sont riches en protéines et en fer avec un index glycémique très faible.
Très bon pour la santé !