



LA BELLE VIE

## Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

# Salade de carottes, sauce harissa

Pour 3 personnes | Très facile

20 min | **2.75€** La portion (prix indicatif)



Suggestion pour aller plus vite : utilisez des carottes râpées (sans vinaigrette), mais vous n'aurez pas le croustillant apporté par les tranches de carottes.

## Les ingrédients

- **400 g** de Carotte
- **50 g** de Buche de chèvre
- **4 pièce** de Abricot sec
- **30 g** de Pistache décortiquée nature
- **2 brin** de Menthe fraîche
- **60 g** de Roquette
- **2 c à s** de Harissa
- **1 pièce** de Citron jaune
- **2 c à s** de Miel (assez liquide)

## Étapes de préparation



**Préparation : 20 min**



**Cuisson : 0 min**



**Attente : 0 min**

- 1 Hachez grossièrement 30 g de pistaches (vous pouvez les dorer à la poêle avant).
- 2 Hachez les feuilles de 2 brins de menthe.
- 3 Coupez 4 abricots secs en fines lamelles.
- 4 Épluchez 4 carottes.  
Utilisez l'épluche-légumes pour "éplucher" la chair des carottes pour obtenir des tranches ultra fines.

- 5 Dans un bol, mélangez 2 càs de harissa, 2 càs de jus de citron, 2 càs de miel, 1 càs d'eau, du sel et du poivre.
- 6 Mettez 60 g de roquette dans un saladier avec les nouilles de carotte et la menthe.
- 7 Ajoutez de la sauce et mélangez.
- 8 Ajoutez 50 g de chèvre en morceaux.
- 9 Ajoutez les abricots et pistaches au dernier moment.
- 10 Nappez avec plus de sauce, et de la menthe s'il vous en reste.