

Salade crue au brocoli, carotte, pomme, noix et cranberries

Ingrédients :

- 400g de chou brocoli
- 2 carottes, 1 grosse pomme (250g)
- 1 grosse poignée de noix
- 1 poignée de cranberries séchées
 - La sauce :
- 100g de noix de cajou
- 1 citron bio
- 1 cuillère à soupe de levure maltée
- Ciboulette et coriandre fraîches
- Sel et poivre



Les étapes :

- *Faire tremper les noix de cajou dans de l'eau pendant 1 à 2 heures.*
- *Rincer les légumes à l'eau.*
- *Hacher finement le brocoli et râper les carottes.*
- *Couper la pomme en dés en enlevant le cœur.*
- *Casser grossièrement les cerneaux de noix. Mélanger l'ensemble des ingrédients dans un saladier. Rincer les noix de cajou et les mixer avec le jus de citron, la levure, de la ciboulette et de la coriandre fraîches.*
- *Ajouter un peu d'eau si nécessaire.*
- *Assaisonner puis verser sur la garniture.*
- *Mélanger de manière que tout soit enrobé.*
- *Servir tout de suite*

Sources : <https://www.rosenoisettes.com/2018/04/salade-crue-au-brocoli-carotte-pomme.html>