

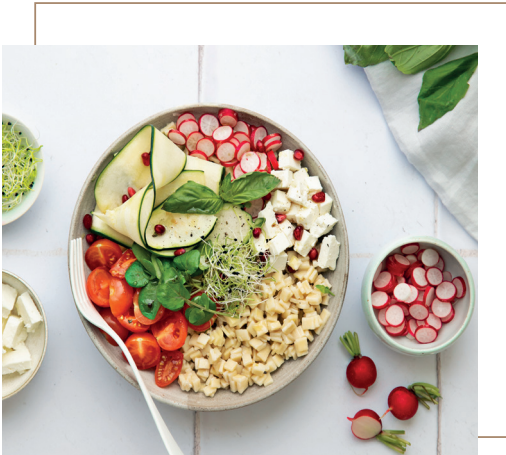
L'ÉLÉGANCE CULINAIRE DEPUIS 1962



Royans®

Bowl de Crozets

Légumes croquants, fêta & grenade



Bowl de Crozets

Légumes croquants, féta & grenade

CALCULÉE POUR 4 PORTIONS

INGREDIENTS

Coût / portion : *Accessible*

Temps de préparation : *15 min*

Temps de cuisson : *5 min*

- **250g de Crozets frais Royans**
- 100g de féta
- 1 courgette
- 12 tomates cerises
- 8 radis
- 1 botte de cresson
- 1/2 grenade
- Graines de poireaux germées
- Feuilles de basilic
- 10cl d'huile d'olive
- 4cl de vinaigre balsamique
- Sel & Poivre

1. Préparation des légumes

- ▶ Râper les courgettes en tagliatelles.
- ▶ Couper les tomates cerises en deux.
- ▶ Couper les radis en tranches fines.
- ▶ Laver et sécher le cresson.

2. Préparation de la sauce au basilic

- ▶ Mélanger le vinaigre balsamique, l'huile d'olive et le basilic haché.
- ▶ Assaisonner de sel et de poivre.

3. Cuisson des crozets

- ▶ Cuire les crozets 5 minutes dans une eau bouillante salée (10g de sel pour 100g de crozets).
- ▶ Égoutter les crozets dans une passoire et rincer abondamment à l'eau froide jusqu'au refroidissement complet des crozets.
- ▶ Égoutter-les une nouvelle fois, puis mélanger les crozets avec un filet d'huile d'olive, afin d'éviter qu'ils ne s'agglomèrent.

MONTAGE & FINITION

- ▶ Disposer tous les ingrédients dans le bol.
- ▶ Parsemer de morceaux de grenade.
- ▶ Ajouter la sauce au basilic et servir aussitôt !