



Salade de tomates et mozzarella Burrata

Phase : **d'Attaque**

Par portion | Apports de référence %

Énergie	Matières grasses	Acides gras saturés	Glucides	Sucres	Protéines	Sel
281 kcal	15,0 g	7,39 g	18,0 g	17,4 g	14,7 g	0,84 g
14%	17%	17%	3%	19%	27%	17%

Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Entrée

Prêt en
10 min

Cuisson
00 min

Ingrédients

Pour 1 personne

- 50g de mozzarella burrata
- 150g de tomates cerise
- 2 coeurs d'artichaut en conserve/bocal
- ½ oignon émincé
- 1 belle poignée de roquette
- 1 càs de jus de citron
- 1 cuillère à soupe de câpre
- 1 cuillère à café d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- 3-4 feuille de basilic frais
- poivre, sel

Préparation

1. Coupez les tomates cerises et les coeurs d'artichauts en deux dans le sens de la longueur.
2. Mélangez-les avec l'oignon, les câpres, l'huile d'olive, le vinaigre balsamique et le jus de citron. Poivrez et salez.
3. Dressez la roquette sur assiette, le mélange de légumes, la mozzarella Burrata et garnissez de feuilles de basilic.