

TAGLIATELLES DE LÉGUMES EN SALADE

INSTRUCTIONS :

Un repas facile, léger et idéal les jours d'activité peu intensive

Instructions pour deux personnes

1. Faites vos tagliatelles de légumes avec un économe par exemple
2. Faites les revenir dans un filet d'huile d'olive
3. Faites cuire vos asperges dans de l'eau bouillante
4. Mélangez le tout avec les ingrédients restant de la liste
5. Assaisonnez et faites une vinaigrette maison et dégustez



Liste des courses

Ingrédients	Requis	Quantité
Courgette	<input checked="" type="checkbox"/>	2
Carottes	<input checked="" type="checkbox"/>	3
Asperges	<input checked="" type="checkbox"/>	0,5 botte
Sucrine	<input checked="" type="checkbox"/>	1
Mâche	<input checked="" type="checkbox"/>	1 poignée