

# SALADE DE POIS CHICHES AU CHORIZO

*Vendredi 09 juin 2023*

*En route pour l'Espagne et le pourtour méditerranéen*

***Salade de pois chiches au chorizo pour 2 personnes et 9 sp vert – 6 spl bleu – 6 spv violet – 6 psp par part***

*-200 g de pois chiches en conserve \* : 6 sp vert – 0 spl bleu – 0 spv violet – 0 psp*

*-2 knacks de volaille cuites : 6 sp vert bleu violet – 6 psp*

*-20 g de chiffonnade de chorizo : 3 sp vert bleu violet – 3 psp*

*-30 g d'olives noires dénoyautées : 1 sp vert bleu violet – 1 psp*

*-4 cuillerées à café de vinaigrette allégée olives noires oignons rouges : 2 sp vert bleu violet – 2 psp*

*-coriandre fraîche*

*Rincer plusieurs fois les pois chiches à l'eau froide pour ôter les fines membranes qui les entourent. Bien les égoutter.*

*Les répartir dans deux grandes assiettes creuses et rajouter dans chaque une saucisse knack coupée en rondelles, le chorizo détaillé en lanières et les olives noires.*

*Parsemer chaque assiette de coriandre émincée.*

*Napper de vinaigrette au moment de servir.*



*Cette salade peut se préparer à l'avance et se garder au frais.*

*Un bon moyen pour recycler les knacks restantes préalablement réchauffées à l'eau frémissante lors d'un repas précédent et gardées au frais.*

*La coriandre peut être remplacée par du persil.*

*Pour le repas : velouté froid de tomates au basilic (0 sp vert bleu violet□□□ – 0 psp□-recette du 12 06 2020) – salade de pois chiches au chorizo (9 sp vert □ – 6 spl bleu□ – 6 spv violet□ – 6 psp□) – mousse pêche abricot saveur grenadine (0 sp vert bleu violet□□□ – 0 psp□ – recette du 18 07 2021).  
Total : 9 sp vert □ – 6 spl bleu□ – 6 spv violet□ – 6 psp□*

*Très bonne journée*

**Lilou3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr**

***Tous droits réservés.***