

# Salade de quinoa, petits pois et oeufs mollets



4 personnes



20 minutes



Facile

## Ingrédients

- 4 oeufs
- 150 g de petits pois
- 60 g de quinoa
- 1 poignée de roquette
- 1/2 bouquet de persil plat
- 40 g de pignons de pin
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique

## Préparation

Rincez le quinoa, faites-le cuire pendant 15 mn à l'eau bouillante salée et égouttez-le.

Faites cuire les petits pois pendant 6 mn dans l'eau bouillante salée, puis rafraîchissez-les sous l'eau très froide. Egouttez-les.

Rincez et hachez le persil plat. Coupez grossièrement la roquette.

Faites cuire les oeufs pendant 5 mn à l'eau bouillante. Passez-les sous l'eau froide et pelez-les délicatement.

Faites dorer les pignons quelques minutes dans une petite poêle sans matière grasse.

Mélangez le quinoa, les petits pois, le persil haché, les pignons et la roquette dans un saladier. Ajoutez l'huile d'olive et le vinaigre balsamique, salez et poivrez. Mélangez. Ajoutez les oeufs mollets coupés en deux et servez.