



# Happyveggie bowl

Aiguillettes Happyvore, lamelles d'avocat, oignons poivrons grillés, edamame, féta, radis, haricots rouges, oignons rouges ciselé, sauce salad Ranch.



## Mise en place

La veille au soir mettre en décongélation en froid positif les lamelles d'avocat et les aiguillettes végétales.  
 Rincer à l'eau clair les haricots rouges.  
 laver et préparer les radis puis les émincer.  
 Eplucher l'oignon rouge et le ciseler.  
 Couper la féta en cubes.  
 Laver et préparer la salade romaine.

## Mise en oeuvre

Saupoudrer les épices fajitas sur les aiguillettes végétales puis sur une plancha chaude et légèrement huilé, les saisir environ 1 minute, pour les colorer.  
 Dresser le bowl avec pour commencer la salade Romaine émincé, puis :

- Les aiguillettes végétales
- Les fèves de soja
- Le mélange de poivrons et oignons
- L'oignon ciselé
- Les haricots rouges
- Les radis
- La féta
- L'avocat

Ajouter les traits de sauce salad Ranch, les graines de pavot et le quartier de citron.

| Ingrédients                        | Code SDV | Poids Net |
|------------------------------------|----------|-----------|
| AIGUILLETTES VEGETALES             | 7538     | 60 g      |
| MELANGE POIVRONS & OIGNONS GRILLES | 7032     | 30 g      |
| TRANCHES D'AVOCAT ORIGINE PEROU    | 7770     | 30 g      |
| HARICOTS ROUGES                    | 3063     | 60 g      |
| ASSAISONNEMENT POUR FAJITAS        | 7742     | 8 g       |
| RANCH SALAD SAUCE                  | 4343     | 30 g      |
| Féta                               |          | 30 g      |
| Salade romaine                     |          | 30 g      |
| Citron jaune                       |          | 0.2 pces  |
| Oignons rouges                     |          | 30 g      |
| Graines de pavot                   |          | 3 g       |
| Radis                              |          | 2 pces    |
| Feves de soja                      |          | 70 g      |