



- Faites cuire le quinoa selon les indications figurant sur le paquet (ou mieux, suivez mes conseils au bas de la recette). Égouttez-le et mettez-le à refroidir.
- Torréfiez les amandes au four pendant 15 mn à 140°C.
- Pendant ce temps, faites chauffer 2 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle. Faites revenir la cannelle pendant 10 secondes puis ajoutez les pois chiches et salez. Laissez cuire pendant 6 à 8 mn jusqu'à ce que les pois chiches soient bien dorés sur tous les côtés et légèrement croustillants. Méfiez-vous, ils peuvent sauter dans la poêle ! Réservez.
- Pendant ce temps, dans une autre poêle, faites chauffer à 2 c. à soupe d'huile d'olive et faites revenir l'oignon émincé avec une c. à soupe de mélasse de grenade. Faites-le suer puis confire très doucement pendant +/- 30 mn. Attention, il ne doit pas colorer.
- Rassemblez dans un saladier le quinoa refroidi, les pois chiches, les oignons confits, la menthe émincée, les grains de raisins, les épinards émincés et les amandes.
- Prélevez le zeste du citron et pressez son jus. Mettez-les dans un petit bol et fouettez-les avec 5 c. à soupe d'huile d'olive. Salez et poivrez à votre goût et versez sur la salade. Mélangez délicatement, décorez avec quelques feuilles de menthe et servez aussitôt !

💡 Il est préférable de faire tremper le quinoa pendant plusieurs heures dans de l'eau avec un filet de jus de citron. Rincez-le, égouttez-le et faites-le revenir dans une poêle à feu vif avant de le recouvrir d'eau. Puis faites-le cuire environ 10 minutes jusqu'à ce que le liquide soit absorbé. Une fois le feu coupé, laissez-le encore reposer dans la poêle chaude pendant 5 mn.

Ingrédients :

200g quinoa, rouge de préférence ou un mélange de plusieurs couleurs
 1 boîte de 400 g de pois chiches rincés et égouttés
 1 oignon rouge émincé
 1 c. à soupe de mélasse de grenade (dans les épiceries orientales), à défaut, 1 c. à café de sucre cassonade
 300 g de raisin blanc (Chasselas de préférence ou variété sans pépins)
 300 g de raisin noir (Muscat de préférence ou variété sans pépins)
 150 g d'amandes entières
 1 citron bio
 1 grosse poignée de pousses d'épinards émincées
 1 grosse poignée de feuilles de menthe émincées (garder quelques feuilles entières pour la déco)
 1/2 long piment vert finement émincé ou à défaut, 1 c. à café de piment d'Espelette
 1/2 c. à café de cannelle
 Huile d'olive
 Sel et poivre du moulin

Variantes :

100 g de cranberries

