

# Salade de mâche Au Ste Maure de Touraine Noix & Graines de Lin

*Par Xavier Micheau*



## Ingrédients : pour 4 Personnes

125 gr de mâche fraîche  
1 Sainte Maure de Touraine  
100 gr de ½ Cerneaux de Noix Franquette  
6 à 8 Tomates cerises ou allongés  
50 gr de Graines de Lin  
Huile Vierge de Noix

## Préparation :

1. Nettoyer les bouquets de mâche, laver délicatement les feuilles et séchez-les. Répartissez-les dans les 4 bols.
2. Coupez les tomates en 2, et répartissez-les avec les ½ cerneaux de noix sur la mâche.
3. Coupez le Sainte Maure de Touraine en dés et en lamelle. Disposez les dés sur la mâche et centrer une rondelle de Sainte Maure de Touraine dans chaque Bol.
4. Broyez les graines de lins brun, pour bénéficier de leurs bienfaits, saupoudrez-les sur la salade, dans chaque bol.
5. Arrosez chaque bol d'huile vierge de noix.
6. Salez & poivrez à votre convenance, c'est prêt à être dégusté...



*Bonne Dégustation*



*Suggestion de Présentation*

