

Salade Grecque
RECETTE

Salade Grecque



<?xml version="1.0"?>

TEMPS

15 min

INGRÉDIENTS

5 produits

QUANTITÉS

2 portions

Une envie de fraîcheur ? L'association de la feta, de l'olive, de la tomate et du riz de la salade Grecque est parfaite pour vos soirées d'été.

PARTAGER

- [Pinterest \(opens in new window\)](#)
- [Facebook \(opens in new window\)](#)
- [Twitter \(opens in new window\)](#)
- [Download \(opens in new window\)](#)
- [Print \(opens in same window\)](#)

INGRÉDIENTS

- 100g de feta
- 1 poignée d'olives noires

- Herbes aromatiques
- Des tomates cerises
- 1 sachet riz tomate et huile d'olive Ben's Original™

PRODUITS UTILISÉS



BEN'S ORIGINAL™ Riz Express 2min Tomate à l'Italienne 220g

[PLUS DE DÉTAILS](#)

[ACHETER](#)

PRÉPARATION

- 1
Réchauffez au micro-onde le sachet de riz cuisiné tomate et huile d'olive Ben's Original™ comme indiqué au dos du paquet.
- 2
Découpez les tomates cerises, assaisonnez avec un filet d'huile d'olive, du sel et du poivre.
- 3
Ajoutez la feta et les olives.
- 4
Ajoutez vos herbes aromatiques.

VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 100G

- Valeur énergétique : 182kcal 767kj
- Matière grasse : 4,9g
- dont acides gras saturés : 1,6g
- Glucides : 30g
- dont sucres : 1,8g
- Fibres alimentaires : 1,5g
- Protéines : 4g
- Sel : 0,66g

CATÉGORIES:

[Facile](#), [Végétarien](#), [Autour du monde](#), [Facile et rapide](#), [Riz Cuisinés](#)

PLUS DE RECETTES COMME CELLE-CI



[Boulettes de Viande et leurs Légumes](#)

Temps

45 min

Ingrédients

11 produits

[PLUS DE DÉTAILS](#)



Cabillaud, riz et légumes à la méditerranéenne

Temps

30 min

Ingrédients

9 produits

[PLUS DE DÉTAILS](#)



Riz à la Méditerranéenne et Poulet Teriyaki

Temps

35 min

Ingrédients

12 produits

[PLUS DE DÉTAILS](#)

Source URL: <https://fr.bensoriginal.com/recettes-de-riz/salade-grecque>