

gaveauvalentine



Ingrédients:

- Mélange de riz/quinoa
- 1 tomate
- cubes de féta
- 1 demi avocat
- 1 demie grenade
- quelques radis
- graines de courge
- graines de chia
- Vinaigre balsamique

Placez plusieurs cuillères de riz-quinoa dans votre bol, puis coupez et placez les autres aliments par dessus.

Saupoudrez de graines, puis assaisonnez avec sel, poivre et vinaigre.

Votre bowl est prêt ! 😊

Pour dénicher les dernières idées et rencontrer les passionnés, rendez vous sur zodiosphere.fr