Bowl aux lentilles, aux noix, aux betteraves rouges et à la feta

Temps de préparation
< 30 min

Difficulté
Facile

Ingrédients

2 tasses de lentilles
1 grenade
1 paquet de feta
2 betteraves (précuites)
1 paquet de mâche
200 grammes cerneaux de noix
1 bouquet de basilic (ciselé)
1 gousse d'ail (émincée)
1⁄2 citron (le jus)
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
sel et poivre

Méthode de préparation

1. **Faites cuire les lentilles dans de l'eau légèrement salée, selon les indications sur l'emballage. Laissez bien égoutter.**
2. **Ôtez les graines de la grenade. Émiettez la feta. Coupez les betteraves en demi-lunes.**
3. **Remplissez 4 bols de salade de blé. Ajoutez les lentilles, les noix, les graines de grenade, les betteraves rouges et la feta.**
4. **Dans un bol, mélangez le basilic, l'ail, le jus de citron, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Assaisonnez-en les salades.**