

**THOMY**



## DES SAVEURS D'ORIENT EN EXPRESS

### INGRÉDIENTS

g Thomy Mayo mit Avocadoöl

pièces de focaccia

pièce de chou-fleur

g Sel

cuillères à soupe huile d'olive

pièce cuillère à soupe de jus de citron

cuillères à soupe de curcuma

pièce Rote Beete oder Ringelbete

bouquets Feuilles de coriandre (coriandre),  
crues

g de pois chiches

de graines de grenade

### INSTRUCTIONS

Étape 1

Diviser le chou-fleur en petits bouquets. Cuire dans de l'eau salée avec 2 cuillères à soupe de curcuma.

Étape 2

Faire mariner la betterave avec du sel, de l'huile d'olive et du jus de citron.

Étape 3

Mettre des gants et couper la betterave Chioggia en très fines tranches. Astuce: c'est plus facile avec un coupe-légumes.

Étape 4

Faire frire brièvement les pains pita (à la poêle ou au grill), les tartiner de mayo THOMY à l'huile d'avocat et garnir de chou-fleur, betterave, pois chiches et grenade, puis saupoudrer de coriandre.