

## SAUCE SALADE AU POIVRON ET AUX GRAINES DE TOURNESOL

### **Ingrédients**

- $\frac{3}{4}$  d'un poivron rouge
- $\frac{1}{4}$  de poivron rouge coupé en petits morceaux
- Persil, basilic, ciboulette
- Graine de tournesol
- Huile d'olive
- Huile de tournesol
- Soyu
- Sel rose d'Himalaya
- 2 échalotes
- 2 gousses d'ail
- 1 piment doux (*facultatif*)
- 1 citron frais (jus)
- Eau
- Paprika

### **Préparation**

Mixer dans le blender les graines de tournesol, le  $\frac{3}{4}$  du poivron avec un peu d'eau.

Verser dans un grand bocal en verre.

Hacher finement les échalotes, le piment doux, les aromates, le reste du poivron et les ajouter dans le mélange.

Mettre environ 10 cl d'huile d'olive, de tournesol et d'eau

Ajouter le sel, le jus de citron

Bien mélanger le tout

Mettre au frais.