

## Bowl de quinoa hivernal au CAMBOZOLA, mélange de noix de cajou et de canneberges et vinaigrette à l'orange



### Ingrédients pour 4 personnes

300 g de CAMBOZOLA

1 paquet de mélange noix de cajou/canneberges

400 g de courge d'Hokkaido

200 g de quinoa

100 g d'épinards

2 oranges

5 tiges de thym

7 cuillères à soupe d'huile d'olive

2 cuillères à soupe de vinaigre de cidre

Sel

Poivre



### Préparation:

1. Laver le potiron, l'épépiner et le couper en tranches. Laver le thym et le secouer pour le sécher. Effeuille et hacher les feuilles des tiges. Mélanger les tranches de potiron, le thym haché et 3 cuillères à soupe d'huile. Déposer sur une plaque de cuisson. Faire cuire au four préchauffé (four électrique : 200 °C/ four à chaleur tournante : 175 °C) pendant environ 20 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
2. Préparer le quinoa selon les instructions figurant sur l'emballage. Laver les épinards, les égoutter et les trier. Peler les oranges en retirant la peau blanche. Retirer les filets entre les membranes de séparation et les presser. Mélanger le jus d'orange, le vinaigre, le sel et le poivre. Incorporer 4 cuillères à soupe d'huile.
3. Couper le CAMBOZOLA en tranches. Dresser dans des bols avec des tranches de potiron, du quinoa, des épinards et des filets d'orange. Arroser de vinaigrette et parsemer de mélange de noix de cajou et de canneberges.

Temps de préparation : env. 35 minutes

Informations nutritionnelles : 3070 KJ/730 kcal, E 29 g, F 41 g, KH 56 g