

Salade de boeuf aux pois chiches

Préparation pour 4 personnes

Fouettez le yaourt et le harissa dans un bol.

Mélangez les pois chiches, l'oignon rouge et les tranches de tomates dans un saladier.

Salez et poivrez la viande de boeuf.

Préchauffez une poêle et faites griller la viande selon la cuisson voulue (5 à 10 minutes).

Découpez la viande en fines lamelles et ajoutez-les dans le saladier. Versez la sauce au yaourt et mélanger délicatement le tout.

Ingrédients

- ▶ 400g de boeuf
- ▶ 4 grosses tomates
- ▶ 400g de pois chiches en conserve
- ▶ 1 oignon rouge émincé finement
- ▶ 25 g de basilic frais
- ▶ 250 ml de yaourt nature maigre
- ▶ 1 cuillère à café de harissa
- ▶ sel et poivre noir

