

## Salade de chou crémeuse aux pommes

**Préparation** : 10 minutes

**Total** : 45 minutes

**Portions** : 8

### INGRÉDIENTS :

125 mL (1/2 tasse) yogourt grec nature 2 %  
45 mL (3 c. à soupe) vinaigre de cidre  
30 mL (2 c. à soupe) Jus de pomme Royal Gala Rougemont  
5 mL (1 c. à thé) moutarde de Dijon  
2 mL (1/2 c. à thé) chacun de sel et poivre  
2 carottes, pelées  
2 pommes rouges, cœurs enlevés, tranchées  
500 mL (2 tasses) chou rouge et vert, déchiqueté  
2 oignons verts, tranchés

### PRÉPARATION:

1. **Fouetter** ensemble le yogourt, le vinaigre de cidre, le jus de pomme, la moutarde, le sel et le poivre dans un grand bol.
2. **Ajouter** les carottes, les pommes, le chou et les oignons verts. Mélanger pour bien enrober. Laisser reposer 20 minutes ou réfrigérer jusqu'à 8 heures.

### Trucs :

- Si désiré, au lieu d'utiliser une mandoline ou un couteau de chef, râpez les carottes et le chou en utilisant une râpe, côté trous.
- Utilisez des pommes rouges, telles les McIntosh ou Royal Gala, pour leur goût sucré et leur croquant.