

# Mélange croquant pour salade

**Author :** Karine

**Categories :** [Entrées et Salades](#)

**Date :** 12 novembre 2010

## Ingrédients

- 1 poignée de pépins de courge
- 1 poignée de graines de tournesol
- 1 poignée de graines de sésame

## Recette

Faites dorer le tout dans une poêle. Utiliser ce mélange sur vos salades pour leur donner un petit côté croquant. Ce mélange se conserve quelques jours dans un pôt en verre fermé hermétiquement.