

SALADE DE CONCOMBRE AUX PARFUMS THAÏ

Ingrédients :

1 concombre
100 g de germes de soja
1 petit piment

(j'ai mis la pointe d'un couteau

de piment en poudre car j'avais pas de piment frais)

1 CS sauce soja
3 CS d'huile de tournesol
1 cc d'huile de sésame
2 CS de vinaigre de riz
1 cc de sucre en poudre
5 brins de coriandre
10 feuilles de menthe



j'ai aussi rajouté quelques feuilles de salade (feuille de chêne) coupées en fines lanières

Épluchez le concombre et coupez le en deux dans le sens de la longueur (et dans la largeur aussi), évidez le (enlevez les graines à l'aide d'une petite cuillère) et à l'aide de la mandoline, taillez de grande bandes de concombre, dans le sens de la longueur.

Mettez les bandes de concombre dans une passoire et saupoudrez-les de sel, laissez dégorger durant 30 mn.

Préparez la sauce : mettez dans un bol, l'huile de tournesol, l'huile de sésame, le vinaigre de riz, sauce soja, sucre en poudre et remuez bien pour que le sucre se dissout et que les parfums et ingrédients se mélangent bien. Réservez. (j'y ai ajouté le piment fort en poudre faute d'avoir du frais).

Rincez sous l'eau froide les germes de soja, égouttez les et réservez. Égouttez le concombre et absorbez l'eau restante avec de l'essuie-tout.

Ciselez les brins de coriandre et les feuilles de menthe.

Dans un saladier, mettez le concombre, les germes de soja, les lanières de salade, mélangez, puis ajoutez la sauce (je n'ai mis qu'environ 2/3 de la sauce que j'avais, ça suffit) et les herbes fraîches ciselées, re-mélangez (ajoutez à ce moment si vous avez, le piment frais finement émincé) et servez bien frais.

**** Audrey ****

FLAGRANTS DÉLICIES by Tambouillefamily