

Salade Océane



Pour 2 personnes :

Salade de jeunes pousses

6 bâtonnets de surimi

100 g de petites crevettes roses cuites

1/2 petite boîte de maïs

1 petite boîte de cœur de palmier

1/2 concombre + 2 œufs durs

Aneth et paillettes d'algues séchées

Vinaigrette : Mayonnaise, huile d'olive, vinaigre blanc, sel et poivre

- Dans 2 grande assiette, disposer un lit de jeunes pousses.
- Dans un saladier, disposer le surimi, coupé en morceaux et les crevettes. Ajouter le maïs égoutté, les cœurs de palmier, coupés en rondelles et le concombre, épluché, épépiné et coupé en dés. Ajouter également les œufs durs écalés et hachés grossièrement.
- Préparer une vinaigrette en mélangeant de la mayonnaise, de l'huile d'olive et du vinaigre blanc au goût. Saler, poivrer et ajouter l'aneth, ainsi que les paillettes d'algues séchées. Verser la vinaigrette avec les légumes et mélanger délicatement.
- Disposer la salade sur les jeunes pousses et servir très frais.

BET
Sandra