

Apéritifs et entrées

Salade thaï



15 min 15 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

73

CALORIES

Ingrédients
pour **4** personnes

Ingrédients pour la salade

1 botte(s) **Coriandre**
1 botte(s) **Menthe fraîche**
1 botte(s) **Ciboule(s)**
30 g **Cacahuète(s)**
60 g **Pousses de soja**
1 **Concombre**
1 botte(s) **Basilic**

Étape 1

Préparation de la salade

- 1 Effeuille la menthe au dessus d'un bol et réserver. Répéter l'opération avec la coriandre et le basilic thaï puis réserver dans des bols.
- 2 Ciseler la ciboulette thaï avec le couteau éminceur. Réserver dans un bol.
- 3 Couper le concombre préalablement lavé en contournant les pépins. L'émincer finement en julienne avec l'éminceur puis réserver sur une assiette.
- 4 A l'aide d'un pilon et d'un mortier, piler grossièrement les cacahuètes.
- 5 Dans un bol, disposer le soja, le concombre, la menthe, le basilic, la ciboulette thaï et la coriandre. Parsemer de cacahuètes pilées.