COURGE CRUE CAROTTE ET CHOUX ROUGE EN SALADE

INGRÉDIENTS

- 2 tasses (454 ml) de courge de votre choix crue râpée
- 1 tasse (225 ml) de carottes râpées (environ 3 moyennes)
- ½ chou rouge coupé finement
- 15 ml de ciboulette finement hachée
- 2 c-à-thé (10 ml) de gingembre frais râpé
- Jus d'une lime (citron vert)
- 60 ml de mirin (vin de riz japonais que l'on peut remplacer par du vinaigre japonais et du sirop de maïs)
- 1 c-à-thé (5 ml) d'huile de sésame
- 120 ml d'huile de canola
- 2 cuillères à table (30 ml) de mayonnaise
- 1 bouquet de coriandre finement hachée
- Sel et poivre

PRÉPARATION

Râper tous les légumes.

Mettre tous les légumes et les herbes fraîches dans un saladier, bien mélanger.

Mettre tous les autres ingrédients dans un bol ou dans une bouteille à vinaigrette et fouetter ou agiter vigoureusement.

Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Verser la vinaigrette sur les légumes et bien combiner.

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS TOTAL : 30MN