

Salade indonésienne (Accompagnements)



Préparation

Couper la noix de coco en deux. Retirer la pulpe de l'une des moitiés (si vous voulez servir salade dans l'autre moitié). Décortiquer les crevettes et les faire bouillir rapidement dans de l'eau légèrement salée. Couper le concombre en gros dés, sans le peler. Couper l'oignon en fines tranches. Couper une partie de la noix de coco en petits cubes et râper l'autre partie. Hacher un peu de menthe fraîche. Dans un bol, mélanger la mâche, la noix de coco, les germes de soja, un peu de menthe fraîche, les crevettes et le concombre, puis assaisonner avec le sel, le sucre et une cuillère à café de sauce sambal (que l'on trouve dans le commerce, mais elle est meilleure faite maison). Transférer la salade bien mélangée dans la coque de noix de coco que vous avez gardée de côté et servir avec un peu de noix de coco râpée sur le dessus. Et voilà, votre salade indonésienne est prête!

Conseils

La noix de coco est certes très savoureuse et tout à fait délicieuse, mais elle est aussi très calorifique: alors soyez prudent avec la taille des portions si vous suivez un régime.

Anecdotes

La mâche s'appelle 'valeriana' en italien, un terme qui dérive du verbe latin 'valere' et signifie au départ 'se sentir bien'.

Information

Préparation 30 minutes

Pour X Pour 2 personnes

Niveau de difficulté Facile

la terra di Puglia



ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Sconto del 10%

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

Ingrédients

Noix de coco 1 unité

Germes de soja

Mâche

Concombres (1 concombre)

Sauce sambal (1 cuillère à soupe de sauce sambal)

Crevettes 200 grammes

Sel

Menthe

Oignon de printemps