

LA RECETTE DE SEPTEMBRE

Salade de vermicelles



Ingrédients pour 1 portion :

- 50g de vermicelles de riz
- 1 carotte
- 1 concombre
- 100g de tofu fumé ou 2 oeufs
- Menthe fraîche
- 15g de cacahuètes

Sauce aux arachides :

- 1 cuillère à soupe de beurre de cacahuètes
- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de sirop d'érable ou miel
- Jus de citron
- 1 cuillère à soupe de fromage blanc

Préparation :

1. Fais bouillir de l'eau. Dans un saladier, place les vermicelles de riz et recouvre-les d'eau bouillante ; laisse reposer 5 minutes. Égoutte et rince à l'eau froide.
2. Épluche les carottes et le concombre, puis râpe-les.
3. Râpe ensuite le tofu fumé, ou coupe les œufs selon ton choix.
4. Prépare la sauce aux cacahuètes en mélangeant tous les ingrédients.
5. Verse la sauce dans le saladier, puis parsème de cacahuètes et de menthe.

Mon astuce perso

Cette salade se conserve bien au frais pendant trois jours. Prépare-en plusieurs portions à l'avance pour avoir un repas prêt à déguster plus tard.

