

Idée recette

Salade de nouilles Soba

Plat principal - 4 personnes

Préparation: 30 minutes | Cuisson: 20 minutes



Ingrédients

- Haricots edamame, pelés EPIC
- Salade de wakame EPIC
- Oignons frits
- Nouilles Soba
- Oignon de printemps (nouveau)
- Gingembre
- Huile d'arachide
- Sauce soja
- Vinaigre de Xérès
- Sel
- Oignon rouge, en tranches

Carottes brièvement saumurées:

- 160 ml d'eau
- 160 ml de vinaigre
- 2 cuillères à soupe de sucre de canne
- Une cuillère à café de sel
- Carottes, en julienne

Préparation

Pour les carottes, porter à ébullition l'eau, le vinaigre, le sel et le sucre de canne. Lorsque le sucre et le sel sont dissous, verser la saumure sur les carottes. Laisser refroidir au réfrigérateur.

Cuire les nouilles selon les instructions figurant sur l'emballage.

Mélanger l'oignon nouveau finement hachée avec le gingembre râpé, l'huile d'arachide, la sauce soja, le vinaigre de xérès et le sel.

Mélanger les nouilles avec la sauce au gingembre et l'oignons nouveau, le wakame, les haricots edamame pelés et une partie des carottes marinées.

Répartir le tout dans des bols et terminer par les oignons frits.

Bon Appétit !!



Edamame boontjes
Code article = EDAM

± 120 pièces/unité
Sachet 400g, 20 unités par carton



Salade d'algues wakame
Code article = SEAW

80% algues
Sachet 1kg, 10 unités par carton