



SALADES / PLATS FROIDS

Salade de concombre asiatique — Shimyway

Salade fraîche de concombre écrasé, dégorgé puis assaisonné avec sauce soja, vinaigre noir chinois, ail, huile pimentée, huile de sésame, cacahuètes et coriandre.

3 à 4 personnes

20 minutes

salade / concombre / asiatique / plat froid

Ingédients

- 9,14 mini concombres, ou 2 à 3 gros concombres
- 1,14 c. à café de sucre pour faire dégorger
- 2,29 c. à soupe de sauce soja
- 1,14 c. à soupe de vinaigre noir chinois
- 1,14 à 2 gousses d'ail râpées
- 1,14 à 2 c. à café d'huile pimentée, ou piment selon goût
- Quelques gouttes de sauce poisson, optionnel
- 1,14 c. à café d'huile de sésame
- Cacahuètes concassées, optionnel
- Coriandre fraîche, optionnel

Préparation

1. Écraser légèrement les concombres pour les fendre et aider la sauce à pénétrer.
2. Couper les concombres en morceaux.
3. Mélanger les concombres avec 1 c. à café de sucre et laisser dégorger 10 à 15 minutes.
4. Égoutter l'eau rendue par les concombres.
5. Mélanger la sauce soja, le vinaigre noir chinois, l'ail râpé, l'huile pimentée, la sauce poisson optionnelle et l'huile de sésame.
6. Verser la sauce sur les concombres égouttés.
7. Ajouter les cacahuètes concassées et la coriandre fraîche si souhaité.
8. Mélanger, goûter et ajuster selon tes préférences.

Notes cuisine

- Le sucre sert ici à faire dégorger et attendrir légèrement le concombre, pas à sucrer fortement la salade.
- Le vinaigre noir chinois donne un goût profond ; à défaut, utiliser vinaigre de riz avec une touche de balsamique.
- Dose l'huile pimentée selon ton niveau de tolérance.

Pourquoi on aime

Salade fraîche de concombre écrasé, dégorgé puis assaisonné avec sauce soja, vinaigre noir chinois, ail, huile pimentée, huile de sésame, cacahuètes et coriandre.

Standard

Asiatique

Confiance : Élevée

Données à compléter : Aucune donnée essentielle manquante. Aucune estimation automatique.