

# SALADE ASIATIQUE AUX HARICOTS NOIRS

J.LENIAUD



NOMBRE DE PORTIONS : 10

TEMPS DE CUISSON :

## INGRÉDIENTS



- Haricots noirs Bonduelle Food Service 1 kg
- Nouilles de riz fine cuite 1 kg
- Concombres frais 2 pièces
- Carotte râpée grosse coupe 1 kg
- Cébettes 3 tiges
- Coriandre fraîche Pm
- Sauce :
- Sucre roux 0,15 kg
- Ail 4 gousses
- Vinaigre de riz 0,15 kg
- Huile de sésame grillé 0,3 kg
- Piment d'urfa en flocon Pm

# SALADE ASIATIQUE AUX HARICOTS NOIRS

J.LENIAUD

## DÉROULEMENT DE LA RECETTE

### L'ÉTAPE CLÉ : ÉTAPE 1

Egoutter et rincer les Haricots noirs Bonduelle Food Service.

### ÉTAPE 2

Taper à l'aide d'un rouleau à pâtisserie les concombres sans les éclater, déchiqueter les à la main puis réserver.

### ÉTAPE 3

Réaliser la sauce : écraser l'ail à l'aide d'un pilon, ajouter le sucre et bien malaxer.

### ÉTAPE 4

Ajouter le vinaigre de riz puis émulsionner avec l'huile de sésame.

### ÉTAPE 5

Mariner dans cette sauce les concombres pendant 30 minutes minimum.

### ÉTAPE 6

Monter la salade en disposant les nouilles de riz, les carottes et les Haricots noirs.

### ÉTAPE 7

Terminer par les concombres, la cébette et le piment rouge et la coriandre.