



Healthy coleslaw

Ingrédients pour 4 personnes

Salade

- 1/2 chou rouge
- 1/2 chou blanc
- 4 carottes
- 1 botte de jeunes oignons

Sauce sésame - cacahuète

- 4 càs de beurre de cacahuète
- 1 1/2 càs de vinaigre de riz
- 1 1/2 càs d'huile de sésame toasté
- 1 1/2 càs de tamari
- 1 càs de miel
- 1/2 càs de gingembre
- 1 gousse d'ail

Garniture

- Cacahuètes concassées
- Gingembre
- 1 citron vert coupé en quartiers

Préparation

1. Râpez les légumes à l'aide d'un robot ou d'une mandoline et émincez les jeunes oignons.
2. Préparez la sauce. Dans un petit bol, émulsionnez tous les ingrédients. Ajoutez un peu d'eau si la consistance est trop épaisse et rectifiez l'assaisonnement.

3. Mélangez les légumes avec la sauce et laissez mariner 20 minutes.
4. Dressez sur assiette avec des cacahuètes concassées, de la coriandre et un quartier de citron vert.