Salade soleil

« Une salade qui se prépare rapidement tout en restant originale ! »

L'été fait son grand retour et vous ne savez pas comment impressionner vos invités ? Une simple salade composée peut combler votre repas de fraicheur. Facile et rapide, elle apportera aussi de la couleur et du goût dans vos assiettes !

↓ Voir les ingrédients

Temps de préparation	10 mn
Nombre de personnes	2 pers.
Difficulté	Facile

Les + recettes

Entrée

Enfilez vos tabliers

Ingrédients

- 1 botte de radis
- 1 demi laitue ou une demi batavia, selon votre préférence
- 2 branches de céleri
- 2 tomates
- 1 poivron rouge
- 1 demi concombre
- 1 bocal de haricots rouges Jardin BiO
- 1 bocal de maïs doux Jardin BiO
- 2 poignées de raisins secs
- 1 cuillère à café de sauce shoyu
- Huile d'olive Jardin BiO
- 1 yaourt
- 1 pincée de paprika
- 3 cuillères à soupe de jus de citron Jardin BiO

Etapes de préparation

1. Couper la salade en fines lamelles (1cm environ), le céleri et les radis en très fines tranches, couper les tomates, le poivron et le concombre en petits cubes.
2. Mettre le tout dans un grand saladier.
3. Verser les haricots rouges et le maïs dans une passoire, les rincer une fois à l'eau claire et laisser s'égoutter.
4. Mélanger le yaourt, le jus de citron, la sauce Shoyu et l'huile d'olive dans un bol à l'aide d'un fouet jusqu'à l'obtention d'une émulsion homogène.
5. Ajouter le paprika, le sel, le poivre et mélanger à nouveau.
6. Verser l'assaisonnement dans le saladier et mélanger aux légumes. Saupoudrer de raisins secs et servir.
7. La salade peut se préparer un peu à l'avance, elle se conserve bien au réfrigérateur.
8. Bon appétit !