



Salades

Salade tuscan-thai



20 min 20 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

259

CALORIES

Étape 1

Préparation de la salade

- 1 Placer le pain rassis dans le mixeur et mixer jusqu'à obtention de miettes. Débarrasser les miettes dans un saladier.
- 2 Epépiner les tomates à l'aide d'un couteau de chef puis les couper dés puis le poivron, le céleri et le concombre.
- 3 Epépiner le poivron puis l'émincer en dés.
- 4 Eplucher le concombre à l'aide d'un économe puis l'émincer en dés.
- 5 Emincer le céleri-branche en dés.
- 6 Ajouter les légumes aux miettes de pain.

Étape 2

Préparation de la vinaigrette

- 1 Effeuille la coriandre c'est-à-dire ôter les feuilles des branches.
- 2 Ciseler la coriandre à l'aide d'un couteau éminceur.
- 3 Mixer la coriandre, le piment et le gingembre dans le robot mixeur nettoyé.
- 4 Ajouter l'huile et le jus de citron. Assaisonner avec du sel

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la salade

8 tranche(s) **Baguette(s)
de pain**
4 **Tomate(s)**
1 **Poivron(s)**
3 branche(s) **Céleri-
Branche**
1 **Concombre**

Ingrédients pour la vinaigrette

5 branche(s) **Coriandre**
1 **Piment(s)**
1 **Racine de gingembre**
6 cl **Huile d'olive**
1 c. à soupe **Jus de citron**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

1 **Piment(s)**

et du poivre puis mixer.

- 5 Mélanger délicatement le tout avec la salade à l'aide d'une cuillère en bois et s'assurer que le mélange soit bien incorporé au pain.
- 6 Goûter puis rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Étape 3

Dressage

- 1 Décorer le plat avec un piment et servir.