Salades

Chou chinois en salade

10 min	10 min	0	0	227
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la vinaigrette

1. Éplucher le gingembre et le râper.
2. Émulsionner la sauce soja, le vinaigre de riz, l'huile, l'eau et le sucre.
3. Ajouter le gingembre et bien mélanger.

Étape 2

Préparation de la salade

1. Laver les feuilles de chou et les essorer.
2. Émincer finement le chou à l'aide d'un couteau.
3. Râper les carottes.
4. Mélanger le chou et les carottes.
5. Verser la vinaigrette et bien mélanger.
6. Servir très frais et parsemer de graines de sésame.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le chou chinois

- 1 **Chou(x) chinois**
- 2 **Carotte(s)**
- 3 c. à soupe **Vinaigre de riz**
- 6 c. à soupe **Sucre semoule**
- 3 c. à soupe **Sauce soja**
- 3 c. à soupe **Huile de tournesol**
- 1 c. à soupe **Eau**
- 1 c. à café **Gingembre frais**
- 1 c. à soupe **Graines de sésame**