Salade fraîcheur Isa

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 mangue pas mûre
- 3 carottes (250 g)
- 4 poignées pousses de soja ou conserve verre
- coriandre
- feuilles de menthe
- éventuellement quelques crevettes

Sauce 2 options laisser mariner ou mettre au dernier moment

- 2 gousses d'ail
- 1 tronçon de gingembre frais (facultatif)
- 2 citrons
- huile neutre
- sucre
- sauce nuoc man

Peler la mangue et les carottes et les râper finement

Blanchir les pousses de soja, les refroidir et les égoutter . Eventuellement un petit bocal de conserve.

Ciseler coriandre et menthe

Mélanger le tout dans un saladier , verser la sauce, rectifier au goût , laisser au frais.

Dresser dans des coupelles , ajouter au choix quelques crevettes et servir frais.

Bonne dégustation

Recette proposée par Michèle