

SALADE DE CAROTTES & RADIS AU THON VINAIGRETTE À L'ORANGE

Pour 4 personnes

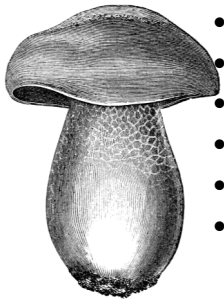
Préparation: 15min

Temps de cuisson: 0 min

INGREDIENTS

Pour la salade:

- 300g de carottes
- 200g de thon au naturel
- 150g de maïs naturel
- 100g de comté
- 1 botte de radis roses
- 1 cuiller à soupe de graines de sésame doré



- 1 cuiller à soupe de persil ciselé
- Sel, poivre

MATERIEL NECESSAIRE

- 1 bol
- 1 saladier
- 1 râpe à carottes
- 1 couteau de cuisine aiguisé



Pour la vinaigrette:

- 3 cuillers à soupe d'huile d'olive
- Le jus d'une orange
- Le jus d'un citron

1. Pelez et râpez les carottes. Détaillez le comté en dés. Égouttez le thon et le maïs. Pelez et émincez l'échalote. Lavez les radis et coupez-les en lamelles.
2. Préparez la vinaigrette: dans un bol, mélangez l'huile, le jus d'orange, le jus de citron, salez et poivrez. Ajoutez l'échalote émincée et le persil. Mélangez bien.
3. Mettez les carottes râpées, le maïs, le thon et le fromage dans un saladier puis mélangez. Ajoutez la vinaigrette.
4. Disposez les lamelles de radis en corolle sur le dessus de la salade puis saupoudrez de graines de sésame.
5. Conservez au réfrigérateur pendant 30 min. avant de servir.

NOTRE SUGGESTION: n'hésitez pas à varier les ingrédients de cette recette en ajoutant du concombre ou de l'avocat par exemple. Les amateurs pourront utiliser un peu de gingembre râpé également dans l'assaisonnement.

Tous ces ingrédients sont disponibles chez Pimlico.