

Salade de carottes, gingembre et macadamia

durée totale **20 min.** 10 min. temps de préparation 10 min. temps de marinade

Données nutritionnelles (par portion):
2.766 kJ / 661 kcal

Matières grasses: **51 g** Protéines: **18,5 g**
Glucides: **42 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

5	grosses carottes
3 càs	<u>Kikkoman Ponzu - un mélange de sauce soja et vinaigre, avec du jus de yuzu</u>
2 càs	<u>Huile de sésame grillée Kikkoman</u>
0,5 càc	de curcuma
1 càc	de gingembre râpé
200 g	d'edamame cuits
1 bouquet	de coriandre fraîche
80 g	de noix de macadamia

PRÉPARATION

Étape 1

5 grosses carottes - **3 càs** Kikkoman Ponzu - un mélange de sauce soja et vinaigre, avec du jus de yuzu - **2 càs** Huile de sésame grillée Kikkoman - **0,5 càc** de curcuma - **1 càc** de gingembre râpé
Éplucher les carottes et les couper en fines lamelles. Les mélanger avec la sauce Kikkoman Ponzu au yuzu, l'huile de sésame Kikkoman, le curcuma et le gingembre râpé. Laisser reposer pendant 10 minutes.

Étape 2

200 g d'edamames cuits - **1 bouquet** de coriandre fraîche - **80 g** de noix de macadamia
Mélanger les carottes marinées avec les edamames, la coriandre fraîche et les noix de macadamia.