

# Salade de nouilles soba, sauce tahini

durée totale **25 min.** 15 min. temps de préparation 10 min. temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):  
**1.630 kJ / 390 kcal**

Matières grasses: **14 g** Protéines: **12 g**  
Glucides: **50 g**

## INGRÉDIENTS

2 portions

**200 g** de nouilles soba  
**80 g** de carotte  
**100 g** de concombre  
**100 g** de poivron rouge  
**0,5** oignon rouge  
**30 ml** [Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman](#)  
**10 ml** de vinaigre de riz  
**10 ml** de sirop d'érable ou de miel  
**10 g** de tahini  
**120 g** de tomates cerise (rouges et jaunes)  
Quelques feuilles de coriandre pour la garniture

## PRÉPARATION

### Étape 1

**200 g** de nouilles soba - **80 g** de carottes - **100 g** de concombre - **100 g** de poivron rouge - **0,5** oignon rouge  
Cuire les nouilles soba selon les instructions figurant sur l'emballage, puis les rincer à l'eau froide et les égoutter. Éplucher la carotte, puis la couper en bâtonnets fins (environ 5 cm de long) avec le concombre et le poivron rouge. Émincer l'oignon en fines lamelles.

### Étape 2

**30 ml** [Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman](#) - **10 ml** de vinaigre de riz - **10 ml** de sirop d'érable ou de miel - **10 g** de tahini  
Mélanger tous les ingrédients ci-dessus pour préparer la vinaigrette.

### Étape 3

**120 g** de tomates cerise (rouges et jaunes) - Quelques feuilles de coriandre pour la garniture  
Couper les tomates cerise en deux. Mélanger les nouilles avec les légumes de l'étape 1, ajouter les tomates, verser la vinaigrette et mélanger délicatement. Garnir avec les feuilles de coriandre.