

Salade de radis noir et carottes à l'asiatique

Bonjour à toutes et tous,

Après les fêtes, peut être seriez vous preneur d'un peu de « détox », mais aussi une détox savoureuse. Je vous propose alors une petite entrée à base de [radis noir](#) (un excellent détoxifiant du foie), aux saveurs asiatiques.

Pour l'anecdote, chaque année je plante « masse » radis noirs dans le potager. Ceux-ci sont faciles à cultiver et peu exigeants en terme de températures ou de pluie. Pour les cuisiner, j'ai tenté différentes recettes avec plus ou moins de succès. Celle-ci est issue d'un bouquin et est très simple : du radis noir mélangé à des carottes finement coupées, une vinaigrette à la sauce soja. Rien de plus. C'est très bon, cela change et mes gourmands adorent.

Je voulais donc partager la recette de cette salade radis noir avec vous. J'espère que cela vous plaira. Bonne journée !



- SALADE DE RADIS NOIR -
A L'ASIATIQUE

Recette : Salade radis noir et carottes à l'asiatique

Saison de la recette : Novembre à Février

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de marinade : 30 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes en entrée :

- 300 g de radis noir (1 beau radis noir environ)
- 150 g de carottes (2 carottes environ)
- 4 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe de vinaigre de riz
- 3 cuillères à soupe d'huile neutre (ou de tournesol par défaut)
- 1 pincée de coriandre moulue
- 1 pincée de gingembre moulu
- poivre

Réalisation

- Lavez vos légumes, épluchez les puis râpez-les au robot, l'important est que les morceaux soient fins.
- Dans un saladier, déposez la sauce soja, le vinaigre de riz, l'huile, la coriandre, le gingembre, du poivre et 4-5 cuillères à soupe d'eau. Ne mettez pas de sel, la sauce soja étant déjà très salée. Mélangez le tout à la fourchette.
- Mettez les légumes dans cette sauce, mélangez et laissez mariner une demi heure au frais.

Servez cette salade de radis noir plutôt fraîche.

Astuces :

- *Variante* : Ajoutez des graines de sésame grillé pour le croquant
 - *Variante 2* : Ajoutez du chou rouge coupé finement
 - *A l'avance* : N'hésitez pas à en préparer une bonne quantité, cela se conserve aisément 2-3 jours au frais dans une boîte hermétique. Par contre, il vous faudra peut être remettre un peu de vinaigrette, les légumes ayant tendance à absorber le liquide.
-