

Salades

- Salade à l'aojiso
- Germes de soja en vinaigrette japonaise

Salade à l'aojiso



— aojiso salada

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 200 grammes de salade iceberg
- ½ concombre
- 8 surimis
- grains de sésame grillées

Sauce :

- 3 cuillères à soupe de sauce aojiso (ou 4 si vous aimez bien le salé)
- 3 cuillères à soupe de mayonnaise

Préparation

- laver la salade et la déchirer avec les mains
- couper le concombre en deux en longueur puis en fines lamelles
- effiloche les surimis
- écraser les grains de sésame entre vos doigts au dessus de la salade
- bien mélanger avec la sauce aojiso et la mayonnaise

Germes de soja en vinaigrette japonaise

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 300 grammes de germes de soja
- grains de sésames

Sauce :

- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de riz
- ½ cuillère à soupe de sucre

Préparation

- blanchir (ébullanter) les germes de soja pendant une minute
- égoutter les germes de soja et les plonger dans de l'eau froide
- égoutter de nouveau et presser dans les mains
- mélanger tous les ingrédients de la sauce dans un bol
- mettre la sauce sur les germes de soja et parsemer de grains de sésames écrasés