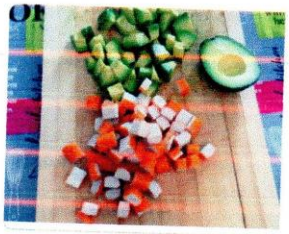
Salade de crudités au surimi (ou thon)

Recette notée ★★★★★ 5/5 - proposée par Sophie_4176



Très Facile

Bon Marché

Ingrédients

- 1 concombre
- 3 tomates bien mûres
- 1 petite boîte de maïs (150 g)
- 1 avocat
- 12 batonnets de surimi
- 1 olive noire ou vertes
- 1 feuille de salade (batavia, feuille de chêne, endive)

Préparation

TEMPS TOTAL : 15 MIN 15 min

1. Peler le concombre et le découper en petits dés. Découper également en dés les tomates. Ajouter le maïs (égoutté au préalable).
2. Découper les batonnets de surimi en quatre dans la longueur puis, en petits dés dans la largeur (ce qui revient à faire des miettes de crabe).
3. Si on utilise du thon au lieu du surimi, l'égoutter puis l'émietter à la fourchette. Ajouter tout ces ingrédients dans le saladier.
4. Peler et découper l'avocat en dés. L'arroser de jus de citron pour éviter qu'il noircisse. L'ajouter à la salade.
5. On peut ajouter à la fin des olives dénoyautées noires ou vertes et de la salade découpée (elle se mélange mieux aux crudités).
6. Cette salade se sert fraîche et accompagnée d'une vinaigrette à l'huile de noix et au curry (qui accompagne bien les légumes).