

Salade fraîcheur asiatique, crevettes en croûte de panko et moutarde Maille au miel

Recette pour 4 personnes



Description

Une salade de crudités aux arômes asiatiques, garnie de crevettes enrobées de moutarde Maille au miel et chapelure panko.

L'astuce du chef

La gamme des moutardes Maille est très riche, alors ne pas hésiter à choisir une autre moutarde pour cette recette.

Ingrédients

Pour les crevettes

- 24 Unité(s) Crevettes moyennes décortiquées avec queue
- 50 Gr Farine
- 50 Gr Chapelure japonaise (panko)
- 120 Ml Moutarde maille au miel

- Huile végétale
- Sel et poivre

Pour la salade

- 8 Unité(s) Oignon vert
- 1 Unité(s) Poivron rouge
- 1 Unité(s) Carotte
- 8 Unité(s) Radis
- 400 Gr Fèves germées
- 20 Ml Graines de sésame
- 20 Ml Baies roses
- 8 Brin(s) Coriandre fraîche

- Huile végétale
- Sel et poivre

Pour la vinaigrette

- 60 Ml Vinaigre de riz
- 60 Ml Sauce soya
- 60 Ml Huile d'olive
- 30 Ml Miel
- 30 Ml Sauce de poisson Nuoc-mâm
- 20 Ml Gingembre frais

- Huile végétale
- Sel et poivre

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Pour la mise en place

Émincez l'oignon vert. Coupez le poivron et la carotte en bâtonnets. Coupez les radis en fines tranches. Rôtir le sésame au four 4 minutes et écrasez les baies roses au mortier. Piquez les feuilles de coriandre.

Pour les crevettes

Roulez les crevettes dans la farine, puis dans la moutarde Maille au miel, et finir avec le panko. Réservez sur une plaque de cuisson avec un papier parchemin.

Pour la salade

Réunissez tout les ingrédients liquides de la vinaigrette dans un bol, râpez le gingembre par dessus et mélanger au fouet. Réctifiez l'assaisonnement. Dans un grand bol, réunissez tout les légumes, mettre la vinaigrette par dessus et mélangez.

Pour le dressage

Dans une assiette dressez la salade en longueur, garnir sur le dessus et autour de sésame et de baies roses. Mettre à chauffer une poêle avec de l'huile végétale et y déposer les crevettes avant que l'huile soit chaude, faire dorer les crevettes 2 minutes de chaque côté. Dressez les crevettes sur la salade en longueur et finir la décoration avec les feuilles de coriandre.

Bon appétit!