



# Salade d'été crunchy au sticky chicken



**Temps de préparation**

30 min à 1h



**Difficulté**

Facile



# Ingrédients

## **voor de dressing:**

1 cuillère à soupe de gingembre (émincé)  
1 cuillère à soupe d'ail (émincée)  
2 cuillères à soupe de tahini (scrème de sésame)  
2 cuillères à soupe de miso  
5 cuillères à soupe de miel  
4 cuillères à soupe de vinaigre de riz  
2 cuillères à soupe d'huile de sésame  
2 cuillères à soupe d'huile d'arachide  
sel  
sriracha (ou autre sauce piquante)

## **voor de Salade:**

4 carottes  
1 concombre  
2 tiges de céleri  
1 poivron rouge  
1 poivron jaune  
125 grammes de pois gourmands  
1 laitue iceberg  
100 grammes d'arachides (salées, concassées)  
4 jeunes oignons  
1 bouquet de coriandre  
sel et poivre

## **extra**

500 grammes de filets de cuisses de poulet  
4 cuillères à soupe de sauce soja



## Méthode de préparation

- 1.** Préparez d'abord la sauce : au blender ou au robot ménager, mixez le gingembre, l'ail, le tahini, le miso, 1 cuillère à soupe de miel, le vinaigre de riz, l'huile de sésame et l'huile d'arachide. Ajoutez un peu de sel et de sauce sriracha.
- 2.** Préparez la salade : râpez les carottes, coupez le concombre en fines lanières, émincez le céleri, coupez le poivron et les pois mange-tout en lanières et émincez la laitue iceberg. Mélangez les légumes, les cacahuètes, les jeunes oignons et la coriandre.
- 3.** Ajoutez la sauce. Salez et poivrez et mélangez bien le tout.
- 4.** Mélangez les filets de cuisses de poulet, la sauce soja et 4 cuillères à soupe de miel. Laissez mariner pendant un quart d'heure et grillez le poulet. Coupez-le en lamelles et accompagnez-en la salade.