



RECETTE D'ALEXANDRE COUILLON, CHEF 3 ÉTOILES DU RESTAURANT LA MARINE

SALADE DE CAROTTES RÂPÉES, CACAHUÈTES ET MENTHE

pour 4 personnes

LES INGRÉDIENTS

- 1 grosse gousse d'ail
- 2 c.à.s de cacahuètes
- 6 grosses carottes
- 1 c.à.s d'huile d'arachide
- 2 c.à.c d'huile de noisette
- 1 c.à.s d'huile d'olive
- Quelques gouttes de jus de citron
- 10 feuilles de menthe
- 3 oranges pour le jus
- 1 orange coupée en petits dés
- Quelques gouttes de sauce soja
- 1 pincée de sel et de poivre gris

LES ÉTAPES

- Éplucher et râper les carottes
- Presser les oranges pour obtenir un jus
- Préparer la vinaigrette en mélangeant les trois huiles (noisette, arachide, olive) puis l'ail, sauce soja, le jus de citron et le jus d'orange
- Hacher finement les feuilles de menthe et couper grossièrement les cacahuètes
- Au dernier moment, mélanger les carottes avec la vinaigrette, la menthe, les dés d'orange et les cacahuètes concassées