



## Salade thaï à la mangue et aux cacahuètes

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 20 minutes

Recette pour 2 à 3 personnes

### Ingrédients

- 1 carotte
- 1 courgette
- 1/4 de chou rouge
- 1 mangue
- 1 oignon vert
- 100 gr de cacahuètes grillées Natur' & Bon de Vico
- Quelques branches de menthe

### *Pour la sauce*

- 1 citron vert pressé
- 2 c. à soupe de sauce soja salée
- 1 c. à café de sirop d'agave ou de miel
- 2 c.à soupe d'huile de sésame

1. Lavez et épluchez la carotte et la courgette avec un éplucheur à julienne ou un taille légume spécial spaghetti.

2. Épluchez et découpez la mangue en fines lamelles. Tranchez finement ou râpez le chou rouge. Ciselez l'oignon vert et la menthe.
3. Mélangez le tout dans un saladier puis ajoutez la sauce préalablement préparée en mélangeant bien tous les ingrédients.
4. Mélangez et servez avec des cacahuètes concassées Natur' & Bon de Vico et quelques brins de menthe fraîche. Vous pouvez déguster.