

Thaise salade



4 mensen

15 min voorbereiding

30-40 min koken

De ingrediënten

2 blikjes van 115g la belle-iloise Sardines in arachideolie
80g gedehydrateerde rijstpasta (300g gekookt)
2 geraspte wortelen (ongeveer 110g)
2,5 g gedehydrateerde zwarte champignon, fijngehakt (10g gerehydrateerd)
40g gehakte spinaziescheuten
40g grof gehakte pinda's
De helft van de olie uit een blikje la belle-iloise Sardines in arachideolie
2 el sojasaus (20g)
2 eetlepels limoensap (20g)
1 eetlepel nuoc mam saus (12g)
4g gehakte verse koriander
3 snufjes basterdsuiker (1,6g)

De fasen

- 1- Week de paddenstoelen eerst in koud water
- 2- Maak de saus om de smaken vrij te maken. Meng hiervoor alle ingrediënten in een kom
- 3- Kook de pasta in een grote hoeveelheid kokend water en stop het koken door het af te spoelen in koud water. Giet af en zet opzij op een koele plaats
- 4- Zodra de pasta is afgekoeld, voeg je de fijngesneden groenten (spinazie, wortelen, champignons) en de pinda's toe
- 5- Voeg dan de uitgelekte sardines toe, in kleine stukjes gesneden, en meng voorzichtig
- 6- Giet alle dressing over de salade en schep nogmaals om
- 7- Schep de salade in individuele Aziatische kommen of op een grote schaal en serveer