



Salade asiatique aux crevettes, fraises et avocats

La menthe, l'orange et les fraises provoquent l'explosion éclatante, alors que l'ail et la sriracha réveillent les crevettes. Au final, on obtient une salade sans laitue vraiment originale.

4 portions

INGRÉDIENTS

Crevettes ail et sriracha

- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- 565 g (1 1/4 lb) de crevettes moyennes crues, décortiquées, déveinées, rincées et bien éponnées
- 1/2 c. à thé (2,5 ml) de sel

- 1 gousse d'ail, hachée
- 1 c. à thé (5 ml) de sauce piquante sriracha

Vinaigrette asiatique

- Zeste de 1/2 orange bien lavée
- 1/2 tasse (125 ml) de jus d'orange frais
- 3 c. à soupe (45 ml) d'huile d'olive
- 2 c. à soupe (30 ml) de sauce tamari
- 2 c. à soupe (30 ml) de vinaigre de riz
- 1 c. à soupe (15 ml) de sirop d'érable
- 2 c. à thé (10 ml) d'huile de sésame grillé
- 1 c. à thé (5 ml) de sauce piquante sriracha
- 1/4 c. à thé (1,25 ml) de sel
- Poivre, au goût

Salade

- 4 avocats, en quartiers ou en gros cubes
- 1 1/2 tasse (375 ml) de fraises fraîches coupées en deux
- 3/4 tasse (180 ml) de menthe fraîche
- 3 oignons verts, en biseau
- 3 c. à soupe (45 ml) de graines de chanvre

PRÉPARATION

Crevettes ail et sriracha

1. Dans une grande poêle antiadhésive, chauffer l'huile à feu élevé et faire sauter les crevettes avec le sel jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Ajouter l'ail et la sauce piquante, et poursuivre la cuisson 2 minutes. Réserver.

Vinaigrette asiatique

1. Dans un petit bol, à l'aide d'un fouet, mélanger tous les ingrédients de la vinaigrette. Réserver.

Salade

1. Dans un grand bol, mélanger délicatement tous les ingrédients de la salade avec les crevettes et la vinaigrette.