



Banh-Mi avec des Bio Frites

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

500 g	de KADI Bio Frites
3	carottes
250 ml	d'eau
1 CS	de sel
1 CS	de sucre
1	jalapeño
1/2 bouquet	de persil
1	citron vert
4	œufs
1 CS	l'huile de colza

Pour la sauce au miso

2 CS	de mayonnaise
1 CS	de pâte miso claire
2 CC	de sauce de soja
1/2	citron vert

PRÉPARATION - ENV. 35 MINUTES

Préparer les KADI Bio Frites conformément aux instructions sur le paquet.

Éplucher les carottes et les couper en spirales ou en fines allumettes. Porter à ébullition l'eau, le vinaigre, le sel et le sucre dans une casserole. Retirer du feu et laisser refroidir env. 1 minute. Mettre les carottes dans une jatte, les arroser du mélange, les couvrir et les placer au froid. Faire chauffer l'huile de colza dans une poêle à température moyenne. Casser les œufs et les faire frire 2 à 3 minutes dans la poêle. Couper le jalapeño en fines tranches, hacher grossièrement le persil et couper le citron vert en quartiers.

Sauce : presser le citron vert. Mélanger le jus de citron vert avec les autres éléments jusqu'à obtenir une masse lisse.

Disposer les frites dans l'assiette. Égoutter les carottes et les répartir avec le persil et le jalapeño sur les frites. Garnir chaque assiette d'un œuf au plat et de quartiers de citron vert et servir avec la sauce au miso.

KADI⁺

Nos produits sont disponibles ici :
b2c.kadi.ch/fr/acheter/store-locator