



Salade de carottes

avec raisins et noix ou câpres

Pour 10 personnes

INGRÉDIENTS

1.200 g de carottes râpées
25 g de gros sel
75 ml d'huile d'olive extra vierge
50 g de miel
25 g de moutarde de Dijon
4 g de poudre d'ail
jus d'un demi-citron
2 oignons verts ciselés
2 tiges persil frais haché
100 g de noix de Grenoble hachées
100 g de raisins secs ou canneberges
Sel et poivre du moulin

Astuce:

Remplacez les noix et raisins par des câpres

MODE DE PRÉPARATION

- Dans un bol, mélangez les carottes et le gros sel. Laissez dégorger les carottes pendant 10 à 15 minutes. Rincez-les et égouttez-les dans un tamis.
- Dans un grand bol, fouettez l'huile d'olive, le miel, la moutarde de Dijon, la poudre d'ail et le jus de citron. Mélangez jusqu'à ce que la vinaigrette soit bien émulsionnée.
- Ajoutez ensuite les carottes, les oignons verts, le persil, les noix et les raisins secs (facultatif) dans la vinaigrette. Mélangez bien et assaisonnez la salade.
- Faites-la macérer de 10 à 15 minutes au réfrigérateur avant de la servir.

Note de fin

- Ajustez la quantité de miel selon le taux de sucre des carottes.

Conservation

- La salade se conserve 2 à 3 jours au réfrigérateur. Faites-la à l'avance et égouttez-la avant de la servir.