

Salade de riz et légumes croquants



Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
	Bol salade avec couvercle 750 cc en sachet de 50 ALPHAFORM	0062987
300 grammes	Coeurs d'artichaut 30/40 en boîte 3/1 VALTONIA	0014925
50 grammes	Echalote lyophilisée en cube en boîte 155 g	0170861
300 grammes	Fonds d'artichaut 20/30 en boîte 3/1 VALTONIA	0014911
300 grammes	Haricots rouges en boîte 3/1 BONDUELLE	0044661
300 grammes	Maïs doux Supersweet en grains sous-vide en boîte 3/1 BONDUELLE	0215289
600 grammes	Riz long Thaï parfumé en sac 5 kg EPISAVEURS	0023659
20 grammes	Roquette	~
20 centilitres	Sauce vinaigrette basilic en bouteille 1 L MAILLE	0020123
80 grammes	Tomates semi-séchées à l'huile de tournesol en boîte 4/4 DEMETRA	0097979

Étapes de préparation

- 1 Cuire le riz Thaï dans un grand volume d'eau. Egoutter, rafraîchir et réserver au frais.
- 2 Tailler les tomates semi-séchées et les fonds d'artichauts.
- 3 Disposer les haricots rouge, le maïs, les artichauts, les tomates semi-séchées, le riz et la roquette.
- 4 Assaisonner la salade avec les échalotes, la sauce vinaigrette basilic, du sel et du poivre.