

Insalata di papaya verde con salsa ponzu

Tempo totale **20 Min** 15 Min Tempo di preparazione **5 Min** Tempo di cottura

INGREDIENTI

10 Porzioni

Verdure:

- 1,2 kg** di papaya verde, tagliata alla julienne
- 300 g** di carote, tagliate alla julienne
- 200 g** di cetriolo, tagliato a fette sottili
- 200 g** di germogli di soia

Condimento per l'insalata:

- 20 g** di aglio (4 spicchi)
- 80 g** di peperoncino
- 60 g** di zucchero di palma (o di canna)
- 60 ml** di succo di lime
- 100 ml** Salsa Ponzu - una Miscela di Salsa di Soia, Aceto ed Aroma di Limone Kikkoman
- 50 ml** di salsa di pesce

Guarnizione:

- 100 g** di arachidi, tostate e leggermente tritate
- 20 g** di foglie di coriandolo
- 30 g** di foglie di basilico thailandese fresco

PREPARAZIONE

Passaggio 1

In un mortaio, pestare l'aglio e il peperoncino fino a ottenere una pasta. Aggiungere lo zucchero di palma e pestare fino a ottenere una consistenza sabbiosa. Aggiungere il succo di lime, la Salsa Ponzu al Limone Kikkoman e la salsa di pesce, quindi mescolare fino a far sciogliere lo zucchero.

Passaggio 2

In una ciotola grande, unire la papaya, le carote, il cetriolo, i germogli di soia e metà delle arachidi con il condimento preparato nel passaggio precedente. Mescolare bene in modo che le verdure assorbano i sapori.

Passaggio 3

Trasferire l'insalata nelle ciotole e guarnire con le arachidi rimaste, le foglie di coriandolo e il basilico thailandese.