

SAL'ALG de FRUITS

Ingrédients

5 g de wakamé frais dessalé
5 g de dulce fraîche dessalée
5 g de kombu royal frais dessalé (ou une pincée de kombu en paillette)
1 ananas
1 pomme
1 kiwi
1 banane
2 pruneaux
10 g de raisins secs
5 g de gingembre confit

Préparation

Emincer finement les algues.

Couper finement les fruits épluchés en petits dés ainsi que les pruneaux, les raisins et le gingembre en lamelles

Ajouter les algues et remuer doucement.

Mettre au frais au moins 1 heure



Recette présentée par Colette d'après " Algues gourmandes " par Catherine Le Joncour / p132
Troc-Recettes – pique-nique du 26/7/2019 à Porz Guyon : Lanmodez