



Salade de nouilles et sésame



Nous avons trouvé le « sésame » de la salade, une recette qui fait voyager vos papilles ! Vous aurez besoin de nouilles de blé, de radis, des haricots plats, d'avocat, de coriandre et d'une bonne dose de graines de sésame. Mélangez le tout dans une assiette creuse et versez par-dessus [la sauce sésame noir](#). Alors convaincu ?

INGREDIENTS

- Nouilles de blé
- Radis (tranchés finement)
- Haricots plats (émincés)
- Avocat (coupé en dés)
- Coriandre fraîche (hachée)
- Graines de sésame
- Sauce sésame noir La Fraich' Touch

PREPARATION

- 1) Faites cuire les nouilles de blé selon les instructions sur l'emballage. Égouttez-les et laissez-les refroidir.
- 2) Tranchez finement les radis.
- 3) Émincez les haricots plats.
- 4) Coupez l'avocat en dés.
- 5) Dans une grande assiette creuse, mélangez les nouilles refroidies, les radis, les haricots plats, l'avocat et la coriandre.
- 6) Parsemez généreusement la salade de graines de sésame.
- 7) Versez la sauce sésame noir sur la salade et mélangez bien pour enrober tous les ingrédients.

