

Salade de crabe au chou chinois et aux agrumes

Ingrédients :

180gr de miettes de crabe ; 1 pamplemousse rose ; 1 pamplemousse jaune ; 1 orange ; 1 citron ; ¼ de chou chinois ; 4 cuillères à café de mayonnaise ; ½ cuillère à café de moutarde ; 1 cuillère à soupe de ketchup ; sel et poivre.



Préparation :

Egoutter les miettes de crabe. Peler les pamplemousses et l'orange et faire de fines lamelles. Presser le citron. Couper le chou chinois en deux (pas dans le sens de la hauteur) garder la haut pour en faire une salade ultérieurement. La deuxième partie, les côtes, sont plus épaisses, aussi les couper finement (250gr à peu près).

Dans un saladier mélanger la mayonnaise avec 2 cuillères à soupe d'eau, la moutarde, le ketchup, le jus de citron, le sel et le poivre. Ajouter le chou, le crabe et mélanger.

Ajouter les rondelles de pamplemousse et d'orange. Réserver au frais 30 minutes avant de déguster.

Bon appétit !