Ben's Original™/MC

Salade de riz au jasmin et d'ananas à la thaïlandaise



TEMPS	10m
INGRÉDIENTS	10 articles
DONNE	4 portions

Faites du repas un moment vraiment exquis avec quelques légumes hachés, des tranches de succulent ananas et du riz au jasmin regorgeant de saveur. Si simple. Si délicieux.

<?xml version="1.0"?>

Partager la recette
Choisir des options
☐ Envoyer une liste d’épicerie par courriel
Envoyer une liste d’épicerie par courriel
☐ Envoyer une recette par courriel
Envoyer une recette par courriel
Adresse électronique
Adresse électronique
CAPTCHA
This question is for testing whether or not you are a human visitor and to prevent automated spam submissions.
Soumettre

INGRÉDIENTS

- 1 sachet (240 g) riz au jasmin BISTRO EXPRESS(MC) de marque BEN’S ORIGINAL(MC)
- ½ tasse (125 mL) champignons, tranchés

- ½ tasse (125 mL) ananas frais, coupé en dés
- ½ tasse (125 mL) feuilles de coriandre fraîche
- ½ tasse (125 mL) carotte, râpée en filaments
- ¼ tasse (50 mL) oignons verts, tranchés
- ¼ tasse (50 mL) poivron rouge, coupé en dés
- ¼ tasse (50 mL) chou rouge, tranché
- ¼ tasse (50 mL) oignon rouge, coupé en dés
- ¼ tasse (50 mL) vinaigrette à la thaïlandaise ou à l’asiatique

PRÉPARATION

1. Dans un bol, combiner le riz au jasmin BISTRO EXPRESS(MC) de marque BEN’S ORIGINAL(MC) avec les champignons, l’ananas, la coriandre, la carotte, les oignons verts, le poivron, le chou et l’oignon rouge. Remuer pour bien combiner le tout.
2. Ajouter la vinaigrette et remuer pour bien combiner le tout.

VALEUR NUTRITIVE

QUANTITÉ PAR PORTION

- Calories 197
- Glucides (g) 37 g
- Fibres (g) 3 g
- Protéines (g) 4 g
- Matières grasses (g) 4 g
- Sodium (mg) 160 mg

CATÉGORIES :

Légumes / Végétarien, Moins de 20 minutes, Riz prêt à chauffer

PLUS DE RECETTES COMME CELLE-CI



Riz frit à l'indonésienne

Temps de cuisson

20m

Ingrédients

10 articles



Bol de riz au poulet et au beurre d'arachide à la thaï

Temps de cuisson

40m

Ingrédients

17 articles



Poulet aux noix de cajou et aux ananas

Temps de cuisson

15m

Ingrédients

11 articles

Source URL: *https://ca.bensoriginal.com/recipes/thai-pineapple-jasmine-rice-salad*