

Recettes

Salade de gombo et prunes marinées (*umeboshi*)



Ingrédients (pour 4 personnes)

- 8 petites gousses de gombo (aussi appelé okra)
- 2 prunes marinées
- 1 cuillère à soupe de sauce de soja
- 1 cuillère à café de sel

Préparation

1. Blanchir les gombos pendant environ 1 minute dans de l'eau bouillante salée.
2. Les refroidir sous l'eau froide.
3. Les écraser grossièrement avec un rouleau à pâtisserie ou un attendrisseur (ou les couper en triangle, en les tournant à chaque coup de couteau).
4. Mélanger les morceaux à la sauce de soja et les disposer sur un plat de service.
5. Enlever les noyaux des prunes marinées et en faire une pâte à l'aide d'un couteau. En garnir les gombos.