

# Salade

## Perle – Carotte râpée – Poivron - Tomate

### Ingrédients

- Perles japonaises
- Carottes râpées
- Poivrons en dés
- Tomates en dés
- Piment d'Espelette
- Vinaigrette

# Salade

## Perle – Saumon fumé - Mangue

### Ingrédients

- **Perles japonaises**
- **Saumon fumé**
- **Mangue en dés**
- **Persil**
- **Piment d'Espelette**
- **Tomates sèches**
- **Jus de citron**
- **Carottes râpées**
- **Poivrons**
- **Vinaigrette**

# Salade

## Perle – Thon – Asperge - Tomate

### Ingrédients

- **Perles japonaises**
- **Thon**
- **Asperges**
- **Tomates**
- **Vinaigrette**