

Salsa de radis noir fermenté d'inspiration mexicaine

Cette merveilleuse salsa est un mariage de l'âpreté du radis fermenté Caldwell et de la lime, de la douceur du maïs, des douces saveurs des fèves et de la fraîcheur de la coriandre. Elle est excellente servie avec des tacos, des burritos ou simplement comme collation avec des croustilles biologiques. N'oubliez pas de lire notre astuce de fermentation à la fin de la recette. **Bon appétit!**

Portions: 4-6 – Temps de préparation: 20 minutes

INGRÉDIENTS :

- 200ml de Radis Noir fermenté Caldwell (1 paquet), bien haché, ou 200ml de radis noir fermenté à la maison avec le ferment Caldwell.
- 1 grosse tomate, émincée en petits cubes.
- 1 gros oignon rouge, émincé en petits morceaux.
- 1/2 poivron vert, émincé en petits morceaux (utilisez un poivron rouge pour une saveur plus sucrée)
- 1 avocat sans le noyau, pelé et émincé en petits morceaux
- 250g de maïs sucré (congelé ou en conserve... si congelé, blanchir 1.5 minutes à partir du produit congelé)
- 225g de fèves noires en conserve*
- 225g de haricots rouges en conserve*
- 75 g de coriandre fraîche grossièrement hachée
- Le jus d'une lime.
- Sel au goût

Options de saveur : Vous pouvez rajouter un peu de cumin séché, de coriandre ou d'origan séché. Pour une version plus épicée ajoutez un piment fort frais haché (un jalapeño par exemple) ou encore pressez le jus d'une gousse d'ail !

* Si vous utilisez des haricots secs, suivez les instructions de emballage pour la préparation.

INSTRUCTIONS :

1. Débutez en plaçant le Radis Noir Fermenté Caldwell dans une passoire pour égoutter l'excès de jus. Laissez égoutter 2 minutes et hachez finement. Ceci assurera une que chaque est bouchée pleine de probiotiques. Placez dans un grand bol.
2. Hachez en petits morceaux (1 cm) tous les légumes sauf l'oignon. Hachez finement l'oignon en morceaux deux fois plus petits et faites de même avec la coriandre.
3. Ajoutez le mélange de légumes et de coriandre hachés au radis noir et mélangez.
4. Rajoutez le jus de la lime, du sel au goût et votre choix d'épice selon les suggestions plus haut. Laissez reposer 10 minutes afin que le sel puisse extraire l'excès de liquide des légumes goûtez de nouveau et ajoutez du sel au besoin.

ASTUCE DE FERMENTATION :

Cette salsa peut être dégustée immédiatement et est délicieuse fraîche. Pour les plus "aventureux", vous pouvez la préparer à l'avance, la placer dans un contenant hermétique à soupape, vous assurer que tous les ingrédients sont fermement pressés au fond, afin de ne pas y laisser de bulle d'air et de s'assurer que tous les légumes sont recouverts de jus et laisser fermenter pour 48-72 heures à température pièce ou jusqu'à ce que des petites bulles commencent à se former. À ce stade, la salsa peut être transférée au frigo et mangée en temps opportun. Pour contrôler davantage le résultat, utilisez le **ferment Caldwell** dilué dans un peu d'eau tiède.

BUEN PROVECHO!



Testé et goûté par la famille
et les amis du clan Caldwell.

www.caldwellbiofermentation.com