

SALADE DE BETTERAVES ET D'ENDIVES

Juillet 2007 (Actualisé en décembre 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 500 g de betterave cuite (2 pièces)
- ★ 3 belles endives
- ★ 6 noix sèches de Grenoble
- ★ 1 échalote
- ★ 2 brins de persil
- ★ 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin
- ★ 3 cuillères à soupe d'huile de colza
- ★ 1 cuillère à café de moutarde forte
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Bol, Plat rond

Préparation : 15 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 3,10 € (soit 0,78 € par personne)



Recette :

Éplucher les betteraves et les couper en dés de 1 cm de côté. Retirer les feuilles externes abimées des endives, les couper transversalement en tronçons de 1 cm d'épaisseur. Ouvrir les noix et les écraser grossièrement. Peler l'échalote et la hacher finement. Ciseler finement le persil. Préparer une vinaigrette : dans un bol mettre sel et poivre, verser le vinaigre et bien mélanger pour dissoudre le sel. Ajouter la moutarde et bien homogénéiser, puis finalement l'huile. Bien mélanger le tout.

Dans un plat rond disposer les dés de betterave au centre et entourer d'une couronne d'endives. Parsemer la betterave d'échalote et de persil hachés, les endives de noix concassées. Arroser le tout de vinaigrette au moment de consommer.

Boisson :

De l'eau plate ou un Sylvaner. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.