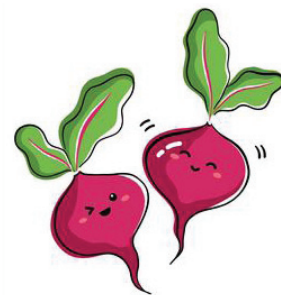


VERRINES BETTERAVE-CHÈVRE



Ingrédients :

- 1 grosse betterave crue
- 120g de fromage de chèvre *
- 120g de ricotta
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 1 c. à s. d'huile de noix
- 1 c. à s. de ciboulette ciselée (ou persil)
- 2 c. à c. de vinaigre de cidre
- 1 échalote émincée finement et noisettes concassées
- Sel et poivre
- Cumin
- Zeste d'un citron (facultatif)



Préparation :

Râper la betterave et assaisonner comme une salade avec du vinaigre balsamique (2 c. à s. de vinaigre pour 3c. à s. d'huile d'olive, sel, poivre et 1 c. à c. de cumin.

Préparer la crème en mélangeant la ricotta, le fromage, la ciboulette, les huiles, le vinaigre, l'échalote émincée finement et les noisettes concassées.

Dresser les verrines en commençant par votre préparation puis ajouter les betteraves. Parsemer de ciboulette ou de persil



Recette proposée dans le cadre du défi Foyers à Alimentation Positive



() Les fromages aussi ont des saisons ! Au mois de janvier vous pouvez remplacer le chèvre frais par un chèvre non frais comme de la buche par exemple.
La ciboulette peut quant à elle se remplacer par du persil frais ou surgelé.*

