

SALADE DE CAROTTES ET DE BETTERAVES ROUGES

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 15 minutes	Cuisson :
Pour 4 personnes	1 saladier, 1 bol

Ingrédients :

125 gr de betteraves crues
2 carottes
1 pomme
75 gr de comté
35 gr de noix
Huile d'olive**
Vinaigre**
Sel et poivre du moulin

Préparation :

- 1 - Peler et laver carottes et betteraves puis les râper. Verser dans un saladier.
- 2 - Couper la pomme en quatre, retirer le cœur puis couper les quartiers en dés, sans les peler. Ajouter les dés de pommes aux crudités.
- 3 - Râper le fromage et ajouter à la salade.
- 4 - Dans un petit bol, mélanger le vinaigre, l'huile, le sel et le poivre du moulin. Verser la vinaigrette sur la salade et mélanger.
- 5 - Servir avec les cerneaux de noix légèrement concassés.