

CARPACCIO DE BETTERAVES ROUGES AU CHEVRE

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

Facile	Coût faible
Préparation : 20 minutes	Cuisson : 1 h 15 min
Pour 4 personnes	1 économe, 1 râpe, 4 assiettes

Ingrédients :

3 ou 4 betteraves rouges
3 fromages de chèvre (type crottins de Chavignol)
1 feuille de brick, 1 noix de beurre
4 cuillères à café de miel liquide
2 poignées de pignons de pin grillés
Quelques feuilles de salade
Ciboulette, graines germées
4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
Sel, poivre et mélange de 5 baies

Préparation :

1 - Faire cuire au four à 200°C les betteraves rouges environ 1h, laisser refroidir.
2 - Faire fondre le beurre au micro-onde et badigeonner la feuille de brick. Découper en quatre à l'aide d'un emporte-pièce puis mettre au four. Laisser dorer environ 10 min.
3 - Détailler des copeaux à l'aide d'un économe dans un des fromages. Détailler les betteraves en fines tranches.
4 - Préparer la vinaigrette avec l'huile d'olive, le sel, le poivre et le vinaigre.
5 - Sortir du four les ronds de feuille de brick, déposer sur chaque, un demi fromage et une cuillère à café de miel liquide. Remettre au four, jusqu'à ce que le fromage soit fondant.
6 - Dresser vos assiettes en formant une belle rosace avec les tranches de betterave. Donner quelques tours de moulin de mélange 5 baies. Ajouter des pignons grillés, et les copeaux de fromage. Puis décorer de ciboulette, de graines germées et de salade et enfin arroser de vinaigrette. Terminer par disposer le fromage chaud et fondant sur la feuille de brick. Déguster de suite.