

BETTERAVES ROUGES AU VINAIGRE DE VIN A LA CASEILLE

Recette proposée par : **Brigitte FILIPPI**

LA HAIE GOURMANDE

Ingrédients : Pour 4 personnes
4 betteraves rouges moyennes
1 fromage de brebis demi-frais
vinaigre de vin à la caseille
huile de noix toastée
quelques graines de lin blond ou sésame
quelques feuilles de persil plat ou coriandre

Préparation: 10 mn

Pas de Cuisson



Préparation :

- 1- Coupez les betteraves rouges en fines rondelles à l'aide d'un couteau éminceur ou d'une mandoline**
- 2. Disposez les dans un plat, versez un filet d'huile et de vinaigre. Remuez délicatement**
- 3. Faites des quenelles avec le fromage de brebis . Disposez les sur le plat en ajoutant sur le fromage un filet d'huile**
- 4. Coupez quelques feuilles de persil plat ou de coriandre. Disposez**
- 5. Ajoutez quelques graines de lin blond ou sésame**

Cette recette est simplissime, saine ; l'association des couleurs, des parfums et des textures est un vrai régal.

Bon Appétit

Variantes : Le vinaigre de vin à la caseille peut être remplacé par le vinaigre de vin au cassis. L'huile de noix toastée peut être remplacée par de l'huile de noisette ou de sésame. Le sel et le poivre du moulin ne sont pas indispensables mais peuvent être ajoutés .

La Haie Gourmande
tel/fax : 02 38 58 88 48

Thierry et Brigitte FILIPPI

La Grosse Planche 45150 FEROLLES

lahaiegourmande@wanadoo.fr www.lahaiegourmande.fr