Emmanuel Renaut

Entrées chaudes aux légumes

Betteraves, vapeur de tilleul, jus cru et cerfeuil

2h45	15 min	2h30	0	210
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

- 2 **Betterave rouge crue**
- 1 **Tilleul**
- 1 **Cerfeuil**
- 100 g **Beurre**
- 1 **Sel**

Étape 1

Préparation et cuisson de la betterave

1. Retirer les racines et les fanes de la betterave et la laver sous l'eau froide.
2. Placer un emporte-pièce dans la cocotte. Poser la betterave sur l'emporte-pièce afin qu'elle ne soit pas en contact avec l'eau qui sera versée dans la cocotte.
3. Entourer la betterave de tilleul, ajouter un peu d'eau et mettre sur feu vif jusqu'à ébullition. Couvrir et laisser cuire environ 2 heures et demie à feu doux. Vérifier la cuisson au bout d'une heure et demie.
4. Pendant la cuisson, ajouter un peu d'eau mais veiller à ce que la betterave ne soit pas en contact avec.

Étape 2

Préparation de la betterave crue

1. Couper la betterave en morceaux et la réserver dans un saladier
2. Déposer les morceaux de betterave dans la centrifugeuse. Réserver dans un saladier.

Étape 3

Cuire la sauce betterave

1. Vérifier la cuisson de la betterave avec un couteau, il doit rentrer dedans facilement.
2. Sortir la cocotte du feu et verser une partie du jus de betterave au fond de la casserole et faire chauffer. Réserver le reste du jus de betterave.
3. Quand le mélange frémit, ajouter le beurre et mixer le tout au mixeur plongeant. Vérifier l'assaisonnement avec du sel si le mélange est trop sucré.

Étape 4

Dressage

1. Prendre la betterave avec une fourchette et la sortir de la cocotte.
2. Couper l'extrémité et peler la betterave. Couper en tranche et déposer sur l'assiette de dressage.
3. Verser de la sauce sur les tranches de betterave. Ciseler grossièrement le cerfeuil et saupoudrer le plat. Ajouter quelques grains de sel et feuilles de tilleul. Déguster aussitôt.