

Entrées froides aux légumes

Coleslaw de betterave



15 min 15 min

TEMPS TOTAL

0

CUISON

0

REPOS

162

CALORIES

Étape 1

Préparation du coleslaw

- 1 A l'aide d'un couteau d'office, éplucher les betteraves crues, puis les râper dans un bol. Réserver.
- 2 Pour nettoyer ses mains après avoir manipulé des betteraves, les frotter avec du jus de citron ou bien du bicarbonate de soude.
- 3 Mettre la crème et la mayonnaise dans un saladier. Mélanger au fouet.
- 4 Verser le vinaigre balsamique blanc dans le saladier, mélanger à nouveau.
- 5 Couper une orange en deux, presser son jus à la main dans le saladier. Mélanger au fouet.
- 6 Saupoudrer d'estragon et continuer à fouetter.
- 7 Saler et poivrer.
- 8 Zester une orange, puis ajouter le zeste dans le saladier de betteraves. Mélanger.
- 9 Couper les extrémités des ciboules, puis les couper en rondelles. Réserver.
- 10 Couper les extrémités des radis, puis les couper en rondelles. Les réserver avec les ciboules.
- 11 Fouetter le mélange à base de crème puis l'ajouter aux

Ingrédients
pour 8 personnes

Ingrédients pour le coleslaw

900 g **Betterave rouge crue**
 170 g **Crème fraîche épaisse**
 50 g **Mayonnaise**
 4 c. à soupe **Vinaigre balsamique**
 1 c. à soupe **Zeste(s) d'orange**
 0.5 **Orange(s)**
 1 c. à soupe **Estragon**
 1 **Sel**
 1 pincée(s) **Poivre**

Ingrédients pour la garniture

4 tige(s) **Ciboule(s)**
 4 **Radis**
 1 tranche(s) **Orange(s)**

betteraves. Mélanger.

Étape 2

Dressage

- 1 Déposer le coleslaw dans une assiette.
- 2 Parsemer des rondelles de ciboules et de radis sur le coleslaw.
- 3 Couper une rondelle d'orange, en garnir l'assiette.
Servir.