

Salade Mâche-Betteraves-Noix

Ingrédients (4 personnes):

- ✓ 3 betteraves cuites
- ✓ 100g de fromage blanc (3% de matières grasses sur produit fini)
- ✓ 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
- ✓ Ciboulette, persil
- ✓ Environ 12 cerneaux de noix
- ✓ Mâche
- ✓ Pour l'assaisonnement de la mâche :
huile de colza et vinaigre balsamique à disposition
- ✓ Sel, poivre



Préparation :

Découper en dés ou râper les betteraves.

Mélanger au fromage blanc, vinaigre de cidre, sel, poivre, ciboulette et persil.

Mettre au frais.

Avant de servir, dresser avec la mâche et les cerneaux de noix.