

VERRINES APERITIVES BETTERAVE-CHEVRE ET BASILIC

INGREDIENTS 6 PERSONNES

1 betterave rouge cuite
1 c. à soupe de crème fraîche 3% de MG
3 c. à soupe de fromage de chèvre frais
10 feuilles de basilic
sel, poivre

PREPARATION

ÉTAPE 1
Pour réaliser cette verrine betterave chèvre, coupez les 2 extrémités de la betterave et épluchez-la si nécessaire. Lavez et coupez-la en petits morceaux. Mixez ensuite votre betterave en y incorporant la crème fraîche ; vous devez obtenir une crème lisse et onctueuse.

ÉTAPE 2
Ajoutez ensuite le fromage de chèvre frais, les feuilles de basilic et mixez à nouveau. Salez et poivrez votre verrine à la betterave rouge. Déposez votre préparation directement dans chaque verrine. Salez et poivrez vos petites verrines et mettez-les au frais au réfrigérateur au moins 1 heure. Servez. Cette verrine facile à la mousse de betterave peuvent aussi bien constituer une entrée qu'un apéritif

SALADE DE BETTERAVES AUX POIRES A L'HUILE DE NOIX

INGREDIENTS 4 PERS

5 betteraves rouges cuites
2 grosse poire
3 c. à soupe d'huile de noix
1 c. à soupe de vinaigre de vin
sel, poivre

PREPARATION

ÉTAPE 1
Pelez, coupez en deux et épépinez les poires. Coupez-les en petits cubes.

ÉTAPE 2
Coupez également les betteraves en petits cubes.

ÉTAPE 3
Mélangez l'huile de noix, le vinaigre de vin, du sel et du poivre dans un saladier.

ÉTAPE 4
Ajoutez les betteraves et les poires puis mélangez bien.

ÉTAPE 5
Réservez la salade au frais jusqu'au service.