

Salade de betteraves, pommes et feta

RECETTES - REPAS - SALADES



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN

TEMPS DE CUISSON :

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

Salade :

- 5-6 betteraves épluchées, cuites, refroidies et coupées en julienne
- 2 pommes vertes, coupées en julienne
- 3/4 de tasse de fromage feta, émietté
- 4 c. à soupe de noix, émiettées au choix
- 1 grosse carotte, râpée

Vinaigrette:

- 120 ml (1/2 tasse) huile d'olive
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 2 c. à thé jus de citron
- 2 c. à thé de miel
- 2 c. à thé de sauce Tamari
- 1 c. à table de basilic frais, haché

Préparation

1. Mélanger tous les ingrédients de la salade.
2. Mélanger tous les ingrédients de la vinaigrette et verser la quantité désirée sur la salade.