

Salade de mâche et croustilles de betterave rouge

4 personnes

Temps de préparation : 10'

Temps de cuisson : 5'

ingrédients :

- 150 g de mâche en barquette
- 50 grs de pignon de pin
- 1 grosse betterave crue
- huile d'arachide pour friture
- Vinaigrette

Passez la mâche sous l'eau et essorez-la .

Epluchez la betterave à l'économe. Taillez la moitié en julienne fine, l'autre moitié en fines tranches. Farinez légèrement la julienne avant de la frire à 170/180° puis déposez sur papier absorbant, salez. Faire frire rapidement les chips de betterave, les déposer avec les pailles. Gardez au chaud.

Vinaigrette

Avec un peu d'huile de noix mélangé avec l'huile d'arachide et légèrement moutardé, rajoutez le reste des ingrédients suivant votre goût.

Dressez dans un plat rond, la mâche assaisonnée, puis disposez harmonieusement les ingrédients.

- Auteur de la recette : Gérard RYNGEL
- Etablissement : Villa Mon Rêve 2 levée de la Divatte 44115 Basse Goulaine
- Tél : 02 40 03 55 50 Fax 02 40 06 05 41
- Site : villa-mon-reve.com

- Photographe : François Bertram
- Styliste : Claire Blancherie

