

Salade de betteraves

Ingrédients :

Salade

- 1 ½ tasse de betteraves en dés, marinées dans du jus de citron (facultatif)
- 1 tasse de pommes en dés, non-pelées
- ½ c. à thé de sucre (facultatif)

Vinaigrette

- 2 tasses de céleri en dés
- 2 c. à soupe d'oignon haché
- 1 ½ tasse de yogourt nature
- sel et poivre au goût

Instructions :

Préparation des betteraves si pas déjà marinées.

1. Cuire les betteraves au four à micro-ondes dans un Cook-It.
2. Peler les betteraves et les couper en dés.
3. Assaisonner de jus de citron ou de vinaigre au goût.
4. Réfrigérer jusqu'au moment de servir.

Préparation de la vinaigrette.

1. Dans l'Extra Chef, hacher le céleri et l'oignon.
2. Ajouter le yogourt et bien mélanger.
3. Saler et poivrer.
4. Réfrigérer jusqu'au moment de servir.

Juste avant de servir

1. Hacher les pommes avec le Rapido Chef.
2. Dans un grand bol Grand-mère, mélanger les betteraves, les pommes, le sucre et la vinaigrette.
3. Servir.