



Salade de chou-rave colorée

Description

[vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text]

Une recette de salade de chou-rave colorée. Je reçois toujours ce légume dans mon panier maraîcher du petit producteur local. Et je dois avouer qu'il est assez difficile à apprivoiser, en tout cas au début. Et puis j'ai essayé plusieurs recettes, incluant de gros « fails ». Au final, je crois que je le préfère en salade, tout simplement. Pour celle-ci, on recherche de la couleur et de la bonne humeur et une touche de douceur avec la présence de la pomme (qui se note à peine).

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_single_image image= »3903? img_size= »full » style= »vc_box_rounded » onclick= »zoom »][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Recette de la salade de chou-rave

[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row equal_height= »yes » content_placement= »top » css= ».vc_custom_1578327110108{background-color: #f0f0f0 !important;} »][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]

6 pers

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]

Préparation 15 min

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]

Repos 10 min

[/vc_column_text][/vc_column][vc_column width= »1/4?][vc_column_text]Niveau facile[/vc_column_text][/vc_column][vc_row][vc_row][vc_column width= »1/3?][vc_column_text]

css= ».vc_custom_1618766759374{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Ingrédients

- 1 petit chou-rave
- 2 betteraves rouges crues
- 1 belle pomme
- 4-5 carottes moyennes
- huile d'olive
- vinaigre de cidre ou citron
- moutarde
- sel, poivre

[/vc_column_text]/[vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_column_text]

Etape par étape

1. Commencer par préparer la vinaigrette. Dans un saladier, mélanger 3 cuillères à soupe d'huile d'olive, 3 cuillères à soupe de vinaigre (ou de jus de citron), 1 cuillère à café de moutarde. Ajouter sel, poivre et bien mélanger.
2. Puis éplucher le chou-rave, la pomme et les betteraves. Pour ma part, je n'épluche plus les carottes, je les brosse simplement sous l'eau.
3. Râper ensuite tous les légumes et la pomme, et ajouter le tout dans le saladier avec la vinaigrette.
4. Mélanger et laisser reposer 5-10 minutes au frais. Cela donne le temps aux légumes de rendre un peu de jus, qui adoucit la vinaigrette.
5. Servir bien frais.

[/vc_column_text]/[vc_column]/[vc_row][vc_row][vc_column][vc_column_text]

Variantes de la salade de chou-rave

- Dans cette recette, on peut remplacer le chou-rave par du chou rouge, blanc, ou encore du chou chinois. Il faudra toujours râper le chou finement.
- Pour la vinaigrette, si vous aimez le sucré-salé, vous pouvez y ajouter une cuillère à café de miel. C'est un vrai délice !

[/vc_column_text]/[vc_column]/[vc_row][vc_row content_placement= »middle »][vc_column width= »1/6?][vc_column][vc_column width= »2/3?][vc_message message_box_color= »mulled_wine » icon_fontawesome= »fa fa-camera » css= ».vc_custom_1578330895116{background-color: #f0f0f0 !important;} »]

Si vous cuisinez les recettes du blog, n'hésitez pas à prendre le résultat en photo et à le publier sur les réseaux sociaux avec la mention **@vidaypimienta** ou le hashtag **#vidaypimienta**

Par avance merci de votre collaboration et bonne cuisine !

[/vc_message]/[vc_column][vc_column width= »1/6?][vc_column]/[vc_row][vc_row]

content_placement= »middle »][vc_column][vc_separator color= »mulled_wine » border_width= »3? el_width= »50?][vc_column][vc_column][vc_masonry_grid post_type= »post » max_items= »-1? style= »lazy » items_per_page= »4? show_filter= »yes » element_width= »3? gap= »10? orderby= »rand » item= »basicGrid_NoAnimation » initial_loading_animation= »none » grid_id= »vc_gid:1618769921406-9bf6d7db-4439-3? taxonomies= »98, 184? filter_source= »category »][vc_column][vc_row]

CATEGORY

1. Coin salé
2. Entrée

POST TAG

1. accompagnement
2. frais et léger
3. légumes
4. sans cuisson

Categorie

1. Coin salé
2. Entrée

Tags

1. accompagnement
2. frais et léger
3. légumes
4. sans cuisson

date créée

18/04/2021

Auteur

admin

default watermark