

Salade multicolore

Préparation : 15 min

Ingrédients (4 pers.)

1 salade verte
1 radis noir
1 betterave rouge
3 carottes
(orange, jaune et violette par exemple)
2 c. à soupe de vinaigre balsamique
4 c. à soupe d'huile d'olive
Sel
Poivre



Préparation

Laver la salade verte. Eplucher la betterave, les carottes et le radis noir si nécessaire. Découper le radis en fines rondelles, râper les carottes et détailler la betterave en bâtonnets.

Préparer une sauce avec le vinaigre, l'huile, le sel et le poivre.

Dressage

Disposer les feuilles de salade, les rondelles de radis, les bâtonnets de betterave, et les carottes râpées dans de petits bols individuels. Arroser le tout avec la sauce.

Variante

on peut aussi personnaliser cette recette en associant d'autres légumes de saison en fonction de ses goûts : épinard, rampon, roquette, céleri, navet, chou rouge, chou blanc... et pourquoi pas en osant des saveurs sucrées-salées par adjonction de pommes ou de poires.

On peut également innover à l'infini pour la préparation des sauces en utilisant, selon ses envies, du jus de citron, de la moutarde, de la sauce soja, de l'huile de noix, du yaourt, de l'ail, de l'oignon, de l'échalote,...