

Betteraves cuites à la faisselle et au miel

Ingrédients

4 betteraves cuites
350 g de faisselle 0%
1 c. à soupe de miel liquide
2 c. à soupe de vinaigre balsamique
3 c. à soupe d'huile d'olive
6 brins de cerfeuil
Sel, poivre

Préparation

Égouttez la faisselle.

Versez le miel liquide dans un bol avec le vinaigre, l'huile, salez, poivrez et émulsionnez.

Pelez les betteraves et coupez en rondelles assez épaisses.

Mettez la faisselle égouttée dans un saladier, salez, poivrez et mélangez.

Sur une coupelle, posez une rondelle de betterave, recouvrez d'une couche de faisselle puis d'une rondelle de betterave.

Montez le mille-feuille en totalisant quatre rondelles de betterave.

Placez au frais jusqu'au moment de servir.

Lavez et séchez les brins de cerfeuil.

Servez en arrosant les mille-feuilles de betterave de sauce vinaigrette.

QT'M LE BIO