Betterave rouge

Après 35 min de cuisson

Le service

Ingrédients – Convives : 2 – Préparation : 5 min – Cuisson : 30 à 45 min – Finition : 10 min

4 petites betteraves

1 ail débité en petits morceaux

1 càs d'huile d'olive

1/2 càs vinaigre à l'échalote

1 pointe de sel fin

Préparation

1. Cuisson : Autocuiseur : 15 min, casserole : 30 à 45 min suivant la taille.
2. Couper les tiges à 1 cm, ainsi que la queue.
3. Laver les betteraves à l'eau claire.
4. Faire bouillir une casserole d'eau avec une pincée de sel.
5. Déposer les betteraves, couvrir en partie, laisser cuire 30 min.
6. Les piquer avec un couteau pointu pour vérifier la cuisson, sinon prolonger.
7. Une fois cuites, les passer sous l'eau froide.
8. Il est alors facile de les peler, puis les tailler en rondelles ou en gros dés.
9. Les mettre dans un saladier.
10. Ciseler un ail en petits morceaux, le mettre avec les betteraves.
11. Sauce : Battre 1 càs d'huile d'olive avec 1/2 càs de vinaigre à l'échalote et une pointe de sel.
12. Verser sur les betteraves, remuer puis servir.
13. Options : Accompagner avec 1 œuf dur coupé en deux, du persil ciselé...

*** 23 juin 2021 ***