

ELDORATV

SALADE COLORÉE

Ingredients (Pour 4 personnes)

- 1 radis green meat
- 1 radis blue meat
- 3 carottes de couleurs différentes
- 1 radis rose
- 1 betterave jaune
- 1 betterave rouge
- 1 betterave chioggia
- 300 g de lentilles corail cuites
- Mélange de jeunes pousses
- Tomates cerise
- Copeaux de scamorza
- Copeaux de chou-fleur et de romanesco
- Quelques framboises
- Pousses de shiso
- 1 dl de vinaigre balsamique
- 1 dl d'huile d'olive
- Sel, poivre

Preparation:

Nettoyer, peler et couper les légumes en fines tranches.

Préparer la vinaigrette dans un saladier et ajouter les légumes. Bien mélanger.

Déposer les lentilles dans le fond des assiettes et garnir avec les tranches de légumes assaisonnées, les jeunes pousses, les tomates cerise et parsemer de copeaux de chou-fleur et de chou romanesco.

Décorer avec quelques framboises, des fleurs comestibles, des copeaux de scamorza et des pousses de shiso. Verser un filet d'huile d'olive et servir.

