


















RECETTE

Salade de truite fumée à la betterave

INGRÉDIENTS

	Betteraves :	12 petites
	Fenouil :	2 gros (env. 600g)
	Huile d'olive :	2 à 3 cuillères à soupe
	Filet de truite fumée (ou surimi ou rien) :	100g
	Pain croustillant	
	Sauce aigre :	175 g
	Crème de raifort (ou moutarde) :	1 cuillère à soupe
	Jus de citron :	1 cuillère à soupe
	Ciboulette :	2 cuillères à soupe

PRÉPARATION

-  Préchauffer le four à 200°,
-  Peler et détailler les betteraves en morceaux, les placer dans un plat à rôtir et les arroser d'huile d'olive,
-  Saler, poivrer, remuer et enfourner-les pour 40 à 45 min couvertes de papier d'aluminium,
-  Découper les bulbes de fenouil en quartier et les blanchir 5 minutes dans l'eau bouillante,
-  Les égoutter et les détailler en plus petit morceaux et les incorporer aux betteraves pendant les 30 dernières minutes de cuisson en ajoutant de l'huile si nécessaire,
-  Dresser la betterave et le fenouil sur un plat avec la truite fumée,
-  Mélanger les ingrédients de l'assaisonnement dans un bol et en garnir généreusement la salade,
-  Servir chaud accompagné de pain croustillant.

CRÉDITS : Julie