

SALADE DE BETTERAVES ROUGES

Retrouvez toutes nos recettes sur www.panier-naturel.com

Facile	Coût faible
Préparation : 15 minutes	Cuisson : 1 h 10
Pour 4 personnes	1 casserole, 1 saladier

Ingrédients :

1 boîte de thon
2 grosses betteraves
3 oeufs
Vinaigre
Huile
Persil
Ciboulette
Ail en poudre
Sel, poivre

Préparation :

- 1 - Faire cuire les betteraves rouges au four dans du papier cuisson au moins 1 heure à 200°.
- 2 - Faire cuire les œufs 10 minutes dans l'eau bouillante.
- 3 - Couper les betteraves cuites en dés, puis les mettre dans un saladier.
- 4 - Ajouter le thon égoutté et émietté.
- 5 - Une fois les oeufs cuits durs et refroidis, les couper en quartiers et les mettre dans le saladier.
- 6- Mélanger les ingrédients dans le saladier et ajouter la vinaigrette, le persil, la ciboulette, l'ail, le sel et le poivre. Servir ou mettre au frais à votre convenance.