Salade de betteraves rôties et de carottes à l’ancienne

Dans cette recette, les légumes-racines saisonniers volent la vedette en fournissant le mélange de textures et de couleurs nécessaires à la création d’une salade qui stimule tous les sens.

Préparation
20 minutes
Temps de cuisson
20 mins

Mise en place

Ingredients

- 100 g de betteraves (rouges, dorées et rayées), cuites et tranchées ou coupées en formes variées
- 30 g de carottes à l’ancienne effilées et blanchies
- 3 à 4 petites feuilles de laitue frisée
- 1 g de germes de radis
- 30 mL de vinaigrette de verjus
- 5 mL d’huile de canola de première pression, versée en filets
- 5 morceaux de rondelles d’oignon rouge minces, frites et croustillantes

Vinaigrette de verjus

Ingredients

- 5 mL de miel
- 5 mL de moutarde de Dijon
- 5 g d’échalotes émincées
- 100 mL de verjus
- 200 mL d’huile de canola
- Sel et poivre, au goût

Instructions

Étape 1
Dans un bol, combiner le miel, la moutarde de Dijon, les échalotes et le verjus.

Étape 2
Mélanger au fouet.

Étape 3
Incorporer doucement l’huile en fouettant afin de créer une émulsion.

Étape 4
Saler et poivrer.

Remarques :
Donne 10 portions qui peuvent être conservées au réfrigérateur pendant trois jours.

Rondelles d’oignon frites et croustillantes

Ingredients

- 30 g de farine assaisonnée
- 5 morceaux de rondelles d’oignon rouge minces, frites et croustillantes
- Sel casher

Instructions

Étape 1
Saupoudrer les rondelles de farine assaisonnée.

Étape 2
Frire jusqu’à ce qu’elles soient croustillantes.

Étape 3
Assaisonner avec le sel casher à leur sortie de la friteuse.