

Salade de betteraves crues aux lentilles orange.

Salade de betteraves crues aux lentilles orange.

Recette de betterave

Salade de betteraves crues aux lentilles orange.

Une tasse de lentilles orange, une ou deux betteraves râpées, sauce à salade. Préparez les betteraves comme ci-dessus. Cuisez les lentilles 5 à 7 minutes, surveillez bien qu'elles ne se mettent pas en purée. Dès qu'elles sont cuites, égouttez, ajoutez les betteraves, la sauce à salade, servez tiède.