



# VERRINE DE BETTERAVE ET FROMAGE FRAIS

POUR 6 PERSONNES

## INGRÉDIENTS

- 300g de betteraves cuites
- 150g de fromage frais ail et fines herbes
- 2 càs de crème fraîche épaisse 15%
- Quelques cerneaux de noix
- 2 càs de vinaigre balsamique
- 1 càs de miel
- Sel et poivre

## PRÉPARATION

1. Réserver quelques morceaux de betteraves : les couper en petits dés puis les faire mariner dans le mélange vinaigre-miel.
2. Mixer le reste des betteraves avec le fromage et la crème fraîche. Saler et poivrer.
3. Verser la préparation dans les verrines, décorer de morceaux de betteraves marinées et de cerneaux de noix.
4. Servir frais.

### Valeurs nutritionnelles - pour 1 personne

89 Kcal - 2 g de protéines - 7 g de lipides - 5 g de glucides - 1 g de fibres - 0,38 g de sel