



Verrine de betterave au chèvre

Phase : **d'Attaque, Active, Stabilisation**

Par portion | Apports de référence %



Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Entrée

Prêt en
5 min

Cuisson
0 min

Ingrédients

Pour 4 verrines

- 500 g de betterave cuite
- 3 cuillères à soupe de chèvre frais
- 3 cuillères à soupe de crème liquide allégée (7% MG)
- quelques brins de ciboulette
- 2 cuillères à soupe de noisettes concassées
- poivre et sel

Préparation

1. Coupez les betteraves cuites en morceaux et disposez-les dans le bol de votre blender.
2. Ajoutez la moitié de la crème liquide et la ciboulette grossièrement ciselée. Poivrez et salez à votre convenance.
3. Mixez le tout jusqu'à obtention d'une mousse lisse et onctueuse.
4. Mélangez le fromage de chèvre au reste de crème liquide.
5. Montez les verrines en disposant une couche de betterave suivie d'une couche de chèvre. Parsemez de noisettes concassées.