



## Salade de betteraves, endives et noix

- Par [vision-plaisir](http://www.vision-plaisir.fr)

Une salade composée pour un moment de soulagement de l'estomac.

### Ingrédients :

- 500 g de betteraves cuites
- 3 endives fraîches
- 1 petit oignon
- 50 g de noix décortiquées
- 70 g de vinaigre de figes
- 80 g d'huile d'olive
- se-poivre
- 15 g d'eau

**Recette pour: 6 personnes**



### Réalisation :

Confection de la vinaigrette: Mélanger vinaigre de figes, sel et poivre du moulin. Ajouter l'huile d'olive et l'eau. L'eau a fonction de rendre plus légère et plus liquide la vinaigrette.

Coupez en lamelles les betteraves. Cheminez finement les endives. Mélangez les deux ensemble, puis les noix légèrement hachées. Épluchez et couper très finement l'oignon. Il servira pour la décoration. Il est préférable de faire cette salade au dernier moment. Pour éviter le noircissement des endives, ajoutez un filet de jus de citron.

