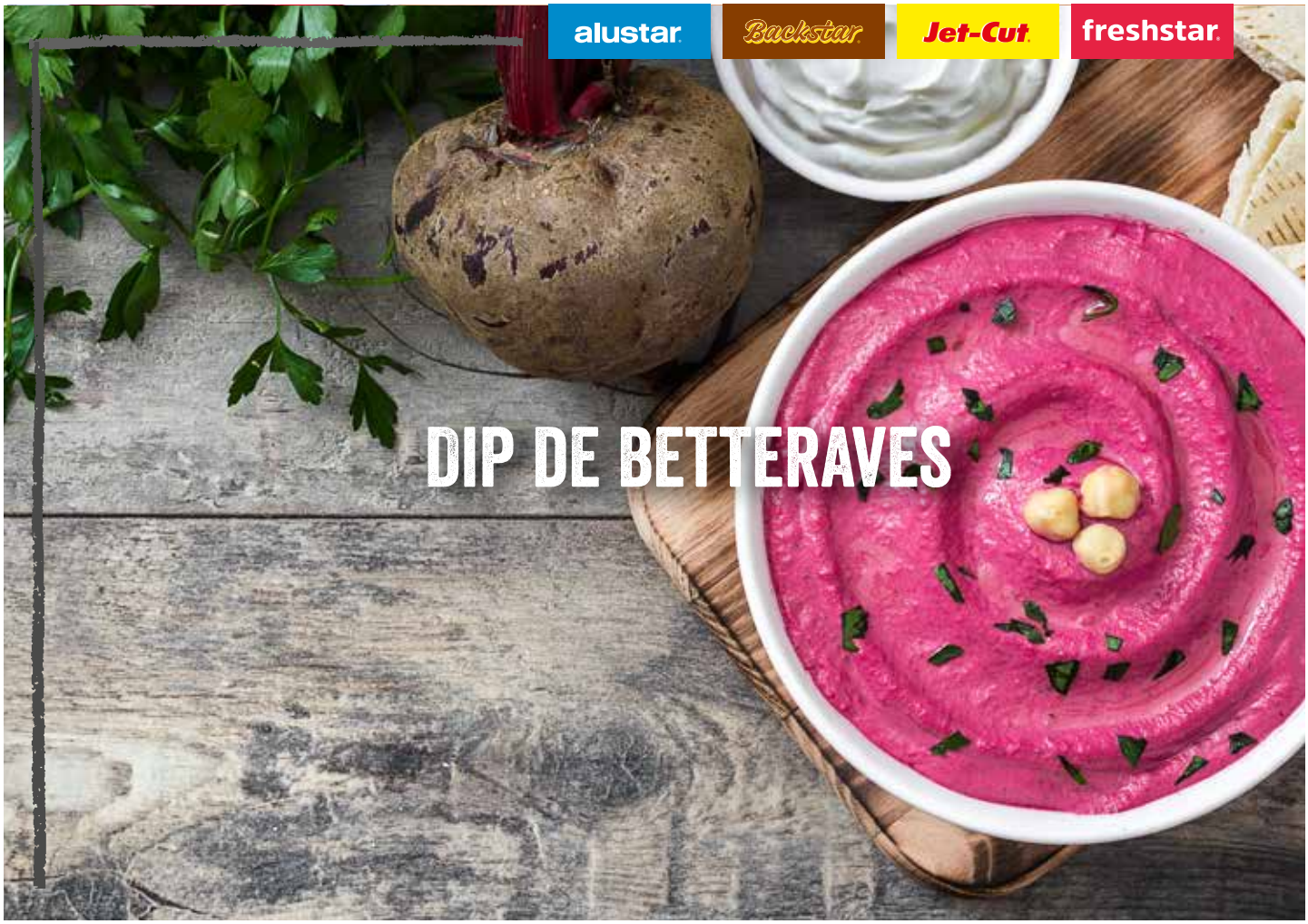

DIP DE BETTERAVES

RECETTE POUR
4×

PRÉPARATION
5 MIN

INGRÉDIENTS

100 g	de cubes de betteraves cuites
180 g	de crème fraîche
1	oignon de printemps
4 CS	de graines de tournesol

PRÉPARATION

1
Réduire les betteraves en purée.

2
Incorporer à la crème fraîche.

3
Assaisonner avec du sel.

4
Couper l'oignon en fines rondelles.

5
Utiliser les oignons et les graines de tournesol pour la garniture.

Une délicieuse recette de Veronika Studer. Régalez-vous!