

Salade de betterave à l'échalote



🍴 4 portions · ⌚ prep. 15m

🧈 moutarde

Le grand classique français : betterave cuite en dés, échalote dégorgée au vinaigre, vinaigrette moutardée, persil et ciboulette ciselés au service. Sobre, acidulé, frais. Bistrot et traiteur depuis toujours.

France

INGRÉDIENTS

□ betterave cuite, rouge, ou mélange	500 g	□ poivre noir, quelques tours	
<i>rouge/chioggia/ jaune pour la couleur</i>		□ vinaigre de vin rouge	1 càs
□ échalote grise, ou 2 petites	1	□ huile de tournesol, ou moitié	3 càs
□ vinaigre de vin rouge	2 càs	<i>tournesol / moitié olive</i>	
□ moutarde de Dijon	1 càc	□ persil plat	3 càs
□ sel fin	1/2 càc	□ ciboulette fraîche	3 càs

PRÉPARATION

— Préparation —

1. Couper *betterave cuite* en ****dés réguliers de 1 cm**** sur une *planche dédiée*. Mettre dans un *saladier*.
2. Émincer très finement *échalote grise* et mettre dans un petit bol avec *vinaigre de vin rouge*. Laisser mariner *10 minutes* — ça adoucit le piquant et garde le croquant.

— Vinaigrette —

3. Dans un autre bol, fouetter *moutarde de Dijon*, *sel fin* et *poivre noir* avec *vinaigre de vin rouge* supplémentaire, puis émulsionner en filet avec *huile de tournesol*.
4. Ajouter l'échalote dégorgée avec son vinaigre.

— Repos —

5. Verser la vinaigrette sur les betteraves, mélanger délicatement. Couvrir et laisser reposer *30 minutes* à température ambiante (ou au frais si pièce chaude) — la betterave boit l'acidité et se relève.

****Pourquoi des dés de 1 cm**** : les lamelles se cassent à mélanger, les gros morceaux ne s'imprègnent pas de vinaigrette. Le dé de 1 cm offre assez de surface pour boire l'acidité tout en gardant de la mâche.

— Service —

6. Juste avant de servir, ciseler *persil plat* et *ciboulette fraîche*, parsemer généreusement et mélanger délicatement.

*****Pourquoi les herbes au dernier moment***** : au contact du jus de betterave acide, elles noircissent en quelques heures et perdent leur fraîcheur visuelle. Ajoutées juste avant service, elles gardent leur vert vif et leur parfum.

*****Variante plus riche***** : ajouter @oeufs durs{2}(en quartiers) au moment du service — version "œuf mimosa" qui transforme la salade en entrée plus consistante.

*****Variante au cumin***** : ajouter une pincée de cumin moulu dans la vinaigrette — touche orientale qui s'accorde particulièrement bien avec la betterave.

*****Conservation***** : 3 jours au réfrigérateur (sans les herbes). Sortir 20 min avant de servir pour réveiller les arômes, puis ajouter les herbes fraîches.

*****Cuisson maison de la betterave***** : si on cuit soi-même, le four est largement supérieur à l'eau — emballer chaque betterave non pelée dans du papier alu avec un filet d'huile et une pincée de sel, cuire à 180 °C pendant 1 h à 1 h 30 selon la taille (la pointe d'un couteau doit traverser sans résistance). Peler tiède sous l'eau froide — la peau glisse. La saveur est concentrée, la chair plus dense, sans goût d'eau.