Salade tiède de légumes-racines

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de cuisson	15 min
Portions	4
Appareil	Combair-Steam SE à partir de 2015

Préparation

200 g de mini-carottes

200 g de mini-betteraves rouges

200 g de céleri-rave

200 g de persil tubéreux

200 g de carottes jaunes

Sel

Poivre

(Pré)chauffer l'enceinte de cuisson à 230 °C avec Air chaud + vapeur

Laver les légumes. Eplucher le céleri-rave, le persil tubéreux et les carottes jaunes. Préparer les légumes et les couper en morceaux de la taille d'une bouchée.

Disposer les légumes sur une plaque à gâteaux tapissée de papier sulfurisé, saler et poivre, enfourner dans l'espace de cuisson préchauffé. Cuire.

Introduire l'aliment à cuire

Air chaud + vapeur 230 °C pendant 15 min

100 g de radis

1 cs de persil, haché

4 cs d'huile de noix

2 cs de vinaigre balsamique, blanc

Sel

Poivre

Laver les radis et les couper en quatre.

Une fois la cuisson terminée, mélanger les légumes encore chauds avec l'huile de noix et le vinaigre balsamique. Ajouter ensuite le persil et les radis, saler et poivrer.

Accessoires

Plaque à gâteaux

Informations complémentaires

Créée le	11.12.2019