SALADE COLORÉE ET TOAST DE MAROILLES

La salade colorée peut être adaptée en toutes saisons, avec des légumes râpés crus.



PARTS

PRÉPARATION

CUISSON







Matériel:

Planches à découper, couteaux, râpes, bol, saladiers, four, économe, casse-noix, papier cuisson



LES INGRÉDIENTS

- 1 chou blanc
- 4 carottes
- 1 betterave cuite
- 2 carottes
- 2 pommes
- Une dizaine de noix
- 1 baquette
- 1 Maroilles (750g)

Graines de cumin

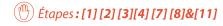
Pour la vinaigrette: Huile d'olive

Vinaigre de cidre

Moutarde

Sel, poivre

LES ÉTAPES



- 1. Eplucher les carottes et les laver.
- 2. Eplucher les pommes, les couper en dés et les réserver dans du jus de citron.
- 3. Laver le chou. Le râper.

les mains.

- 4. Râper les carottes et la betterave.
- 5. Ouvrir les noix et les concasser en les écrasant dans
- 6. Mettre dans un saladier : les légumes râpés, les dés de pomme et les noix concassées ; mélanger.
- 7. Couper la baguette en tranches.
- 8. Couper le maroilles en deux, puis chaque demi-

maroilles en tranches fines.



- 9. Sur chaque tranche de baguette, poser une petite tranche de maroilles. Il faut mieux que le maroilles ne dépasse pas trop de la tranche de pain.
- 10. Saupoudrer les toasts de graines de cumin.
- 11. Passer au four pendant 10/15 minutes jusqu'à ce que le Maroilles soit fondu.
- 12. Préparer la vinaigrette : dans un bol mélanger 8 cuillères à soupe d'huile d'olive, 4 cuillères à soupe de vinaigre de cidre, une cuillère à soupe de moutarde, du sel et du poivre.









