



Gaspacho de betteraves et torsades feuilletées aux graines de pavot

Pour 6 verrines. A préparer au moins 2h avant de servir.

2 betteraves cuites

3 carottes

1 oignon rouge

4 dl d'eau

4 CS de pulpe de tomates

1 CS de vinaigre balsamique

1 filet d'huile d'olive et de vinaigre de cidre

1 trait de crème fraîche liquide

sel, poivre

menthe ciselée ou ciboulette

Mixer la betterave, l'oignon et les carottes crues coupées en petits morceaux en ajoutant de l'eau dans le bol mixeur.

Puis la pulpe de tomates, huile, vinaigres, sel et poivre.

Mettre au frais.

Au moment de servir, remplir les verrines, ajouter un trait de crème fraîche et de la menthe ciselée.

Pour les torsades feuilletées aux graines de pavot il vous faudra

1 pâte feuilletée

1 oeuf

graines de pavot

Etaler la pâte, dorer au jaune d'oeuf des 2 côtés et recouvrir de graines de pavot.

Faire des lanières que l'on torsade et mettre à four chaud pendant environ 15 minutes. On peut les préparer à l'avance et les tiédir avant de servir.