

Des moments de saveur avec Brunos

Salade de betteraves, de carottes et de mangue



30 minutes



4 portions

Ingrédients

300 g	de betteraves cuites
1	mangue
30 g	de fruits secs
2	carottes
1	oignon rouge
1 poignée	de germes
	Jus de carotte
	Sauce salade Bruno's Fitness

Notre salade de betteraves, de carottes et de mangue est un plaisir non seulement pour le palais, mais aussi pour les yeux. La combinaison inhabituelle de la betterave, de la mangue et des carottes lui confère une note aromatique toute particulière.

Préparation

1. Couper les betteraves cuites en morceaux de la taille d'un pouce et les faire mariner dans la sauce salade Bruno's Fitness et le jus de carotte. 2. Peler la mangue, la couper en fines lamelles et former quatre roses. 3. Couper le reste de la mangue en petits dés et mélanger avec les betteraves cuites. 4. Couper les fruits secs, les carottes et l'oignon rouge en fines lamelles. 5. Verser les betteraves cuites avec la mangue dans un bol. 6. Disposer par-dessus les roses de mangue. 7. Décorer avec les carottes, les germes et les fruits secs. 8. Arroser le tout avec un filet de sauce salade Bruno's Fitness.

Bon appétit!



brunosbest.ch