

CARPACCIO DE CONCOMBRE RADIS NOIR A LA CRÈME

Vendredi 27

Septembre 2019

Une petite recette toute simple :

Carpaccio concombre radis noir à la crème pour 4 personnes et 1 pp-1 sp – 1 psp par part

-1 concombre *

-1radis noir *

-120 g de crème à 7 % épaisse

-1 cuillère à soupe de vinaigre de framboise

-sel poivre blanc

-ciboulette persil

Bien laver et brosser le concombre

Peler le radis noir en entier et le concombre une bande sur deux

Les couper en fines tranches à la mandoline

Disposer en rosace sur 4 petites assiettes

Fouetter la crème avec le vinaigre, sel poivre et en napper les tranches de crudités

Saupoudrer de persil et ciboulette émincés



Vous pouvez couper le concombre et le radis en avance mais ne les assaisonner qu'au dernier moment

Prenez un radis noir de calibre équilibré pour avoir de belles tranches mais attention aux doigts avec la mandoline. J'ai des gants spéciaux qui évitent toute coupure et ils me sont indispensables

Le vinaigre de framboise avec sa saveur fruitée atténue le piquant du radis noir comme la crème

Pour le repas : carpaccio concombre radis noir à la crème (1pp-1sp) -truite en papillote avec petits légumes (4pp-0spl) -100 g de pommes de terre en robe des champs (2pp-2sp) -100 g de fromage blanc 0% salé (1pp-1sp) -1 boule de sorbet citron (1pp-3sp) -fraises (0pp-0sp. Total :

9pp -7spl

Excellente journée à vous toutes et tous

Lilou 3158 :

blog cuisine contrôlée by lilou light.fr

**Tous droits
réservés**