

CEVICHE DE MONTAGNE



INGRÉDIENTS

43

- 150 g de manioc haché
- 90 g de betteraves hachées
- 40 g de pois d'Angole (ou de lentilles)
- 30 ml d'huile d'olive
- 5 g de coriandre
- 60 g d'oignon violet, finement émincé
- 15 ml de jus de citron
- Sel et poivre à volonté



PRÉPARATION

POUR LA VINAIGRETTE :

- 1 Mélanger l'huile d'olive, le jus de citron, le poivre et le sel.

POUR PRÉPARER LE CEVICHE :

- 1 Faire bouillir le manioc, la betterave et les pois d'Angole dans une grande quantité d'eau salée dans des casseroles séparées pendant 10 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Au bout de ce temps, filtrer et mettre de côté.

- 2 Dans un grand bol, mélanger le manioc, la betterave, les pois, l'oignon rouge et la coriandre, puis arroser de vinaigrette. Bien mélanger et rectifier l'assaisonnement.

- 3 Réfrigérer jusqu'au moment de servir.

