



# salade de choux rouges à la betterave rouge, aux pommes et aux noix de pécan

 **Temps de préparation**  
< 30 min

 **Difficulté**  
Facile



## Ingrédients

1 chou rouge (petit)  
1 citron (jus)  
2 cuillères à soupe de miel (ou de sirop d'érable)  
huile d'olive  
sel et poivre  
1 oignon rouge (en rondelles)  
1 betterave (précuite, en bâtonnets)  
1 pomme (en morceaux)  
1 poignée de noix de pécan (concassées)  
persil (ciselé)

## Méthode de préparation

- 1.** Râpez ou coupez le chou rouge en très fines lamelles. Ajoutez le jus de citron, le sirop d'érable et un généreux filet d'huile d'olive. Salez et poivrez. Mélangez bien.
- 2.** Ajoutez l'oignon rouge, la betterave rouge, les morceaux de pomme et les noix de pécan.
- 3.** Mélangez délicatement et garnissez de persil.