



# Trempe Betterave & Radis

Recette Visuelle  
par DAREBEE  
© [darebee.fr](http://darebee.fr)

1 betterave cuite  
3 radis  
2 c.à.s de cœurs de tournesol / chanvre  
1 c.à.c de vinaigre

AMÉLIORER : Ajoutez 1 cuillère à café de  
cumin et des cœurs de chanvre.

2 PORTIONS

1



2



3



## INSTRUCTIONS

1. Mettez tous les ingrédients dans un mixeur. Assaisonnez à votre goût.
2. Mixez jusqu'à obtenir la consistance souhaitée.
3. Transférez dans un bol et saupoudrez de graines de tournesol ou de chanvre supplémentaires.