

# Les Halles de la Meyfrenie

## La recette de la semaine !

### ••••• COLESLAW •••••

Pour éviter de tomber de suite dans les potages et gratins d'hiver, on vous propose de re-découvrir la salade de choux CRUS !

#### *Légumes A Râper*

- Chou cabus, rouge ou pet saï
- carotte, betterave, radis
- Chou rave, céleri



#### *La Sauce*

- 1 base crémeuse : crème fraîche, fromage blanc, yaourt nature ou Ricotta Les Biquettes de Cercles , en **promo** cette semaine !
- un peu d'acidité : citron, vinaigre (mères de vinaigre dispos la boutique )...
- un émulsifiant : moutarde, jaune d'œuf, mayo, miel (facultatif mais tellement bon !)

#### *La Gourmandise*

- noix, sésames, noisettes (torréfiées ou non)
  - tranche de pomme, poire, clémentine
  - tomme de vache ou fromage frais
- Merci H. pour tes bonnes idées !

