



Inspirée de *Bon Cop, Bad Cop* (2006)

# ***SALADE BON COP BAD COUPE***

Une recette de Sylviane Galland  
[stuffmygirlfriendmakes.com](http://stuffmygirlfriendmakes.com)



## *Salade Bon Cop Bad Coupe*

La salade de chou frisé et betteraves de Sylviane Galland

### *Ingédients*

Vinaigrette :

30 ml (2 c. à soupe) de  
confiture de groseilles rouges  
15 ml (1 c. à soupe) de vinaigre  
balsamique de bonne qualité  
45 ml (3 c. à soupe) d'huile  
d'olive  
30 ml (2 c. à soupe) de jus de  
citron  
Sel et poivre

Salade :

Une tête de chou frisé  
¼ tasse de betteraves rouges  
marinées (ou fraîches)  
85 g (3 oz) de fromage  
de chèvre  
Amandes effilées  
Poignée de coriandre

### *Préparation*

- 1 Faire une chiffonnade avec le chou frisé (l'émincer finement en longs rubans).
- 2 Couper les betteraves marinées en bouchées.
- 3 Faire rôtir les amandes effilées au four pendant 5 minutes à chaleur élevée ou les ajouter telles quelles.
- 4 Combiner les ingrédients de la vinaigrette.
- 5 Juste avant de servir, ajouter la vinaigrette à la salade, émietter le fromage de chèvre sur le dessus et garnir de coriandre. Bon appétit!