



---

*Salade Chou rouge et granny au vinaigre de prunes*

---



*Un vrai plaisir rafraichissant et contrairement à ce que l'on pense du chou , très digeste !*

*Ingrédients :*

*250 gr de chou rouge (à défaut un chou entier en vue d'autres utilisations)*

*1 pomme granny*

*50 gr de mayonnaise aux œufs*

*50 gr de vinaigre de prunes*

*25 gr de vinaigre blanc.*

*Préparation :*

*Dans le cas du chou entier : Couper le chou en 4 et enlever la partie dure, prélever 1/4 de celui-ci et filmer le reste et replacer au frais.*

*Râper finement le chou et le mettre dans un saladier .*

*Dans un plat, mélanger la mayonnaise et le vinaigre de prunes , goûter et ajuster le coté vinaigre avec un peu de vinaigre blanc.*

*Détailler la pomme granny tranche puis en morceaux et ajouter direct au chou râpé.*

*Verser le liquide sur le chou et la pomme, mélanger le tout directement .*

*Goûter le tout et rectifier l'assaisonnement si nécessaire avec plus de vinaigre de prunes ou de vinaigre blanc , selon votre envie.*

*Fermer ou filmer votre saladier et replacer au frigo avant dégustation.*

*Info – conseils :*

*Délicieux avec des grillades, en plat froid ,en simple accompagnement , cette salade peut se conserver au réfrigérateur dans un plat hermétiquement fermé.*

*Il peut être préparé sans soucis la veille.*

*La pomme doit être mélangée le plus rapidement possible , pour éviter qu'elle ne s'oxyde.*

*La peau de la pomme sera conservée pour amener une touche de couleur à votre salade.*

*Le vinaigre blanc au-delà d'amener du gout permet au chou de garder sa belle couleur .*