

# Dip betterave et anchois

Un dip très frais qui va vous étonner car la betterave se marie sublimement avec la framboise et l'anchois vient pepser l'ensemble!

Et pour la recette adaptée au Thermomix cliquez [ici](#).



Dip betterave et anchois

Et si vous êtes fatiguée des chips, tacos, cacahuètes, biscuits industriels, découvrez dans mon dernier livre mes recettes pour des mises en bouches variées, originales, exotiques, bref autant d'exquises petites préparations qui feront de votre début de soirée une véritable fête gourmande.

Le livre est disponible dès maintenant [ici](#), en version brochée ou en version Kindle. Cliquez sur le lien ci-dessous pour le commander.

# « Verrines et bouchées gourmandes pour un apéritif réussi! »



## Ingrédients pour 6/8 personnes

- 300 g de betterave ( il vous faudra au total 200 g de betteraves cuites )
- 20 g d'oignon rouge
- une douzaine de framboises
- une gousse d'ail
- 250 g de bouillon de légume
- 10 g d'huile de sésame et 10 g d'huile de pépin de raisin
- piment d'Espelette ( selon votre goût)
- 25 g d'anchois
- graines de sésame grillées

## Préparation

- Pelez et épluchez les betteraves. Coupez-les en petits dés de 2 cm de côté. Réservez.



Coupez les betteraves en petits dés

- Ciselez l'oignon et l'ail. Faites-les revenir avec 10 g d'huile d'olive jusqu'à ce que l'oignon soit bien translucide.



Faites-le revenir avec 10 g d'huile d'olive jusqu'à ce qu'il soit bien translucide

- Ajoutez les betteraves et continuez la cuisson pendant 5 minutes.



Ajoutez les betteraves et continuez la cuisson

- Puis ajoutez les 250 g de bouillon de légume et la douzaine de framboise. Cuire 20 min jusqu'à ce que les betteraves soient bien cuites (testez avec la pointe d'un couteau).



Puis ajoutez le 250 g de bouillon de légume et la douzaine de framboise

- Filtrez en fin de cuisson. Puis mixez les betteraves/ framboises avec les anchois. Au besoin rajoutez un peu de jus filtré pour obtenir une préparation bien lisse. Rectifiez l'assaisonnement en sel.



Filtrez en fin de cuisson

- Dans un petit bol mélangez l'huile de sésame, l'huile pepin de raisin et piment d'Espelette. Salez selon votre goût et réservez.



Mélangez et réservez

- Pochez la mousse de betterave dans un bol, versez dessus l'huile pimentée et parsemez de graines de sésame grillées. Servez avec des petits croutons de pain.



Dip betterave et anchois