4 personnes: 4 betteraves de taille moyenne, un bol de mûres ou de framboises, 4 branches de basilic pourpre, une cuillère à soupe de sauce soja, une cuillère à soupe de vinaigre balsamique, une branche de lavande, beurre, fleur de sel, 1/2 litre de lait entier

Faire cuire les betteraves en robe des champs pendant 30 min dans une eau frémissante et salée.
Les laisser tiédir dans l'eau de cuisson.
Dans une sauteuse laisser fondre le beurre à feu doux avec les mûres ou les framboises durant 7 à 8 min.
Sur le feu, les écraser à la fourchette et ajouter la sauce soja, le vinaigre et le basilic ciselé.
Laisser compoter 4 min.
Déposer cette préparation dans un plat chaud. Disposer les 4 betteraves épluchées et tièdes dessus.
Napper le tout d'une émulsion de lait chaud, et parsemer de fleur de lavande et de sel.