



Verrine de carottes au cumin

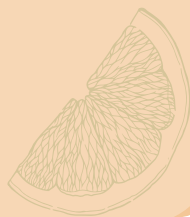
Préparation



Ingédients

pour 4 personnes

- 1 kg de carottes
- 1 CS de crème fraîche épaisse
- Cumin en graines
- Sel



1 Laver et éplucher les carottes. Les couper en rondelles assez fines, les faire fondre dans une poêle à feu doux avec un peu de beurre, ajouter 2 pincées de cumin et couvrir.

2 Une fois saisi, ajouter un peu d'eau pour les faire cuire plus vite. Mettre le tout dans un robot-mixeur et ajouter une CS de crème.

3 Mixer pour obtenir une mousse et saler à convenance. Mettre dans une ou plusieurs verrines. Déguster chaud ou froid/



5 min.



15 min.



Notes

Accompagner de bâtonnets au sésame ou de pain de mie grillé coupé en lamelles.

