

TARTINADE DE CAROTTES



Ingrédients

- 200 g de carottes
- Huile d'olive
- Vinaigre ou citron
- 1/2 gousse d'ail
- Sel poivre
- Epices au choix (cumin, curry...)

Temps

- ✓ 10 minutes de préparation et 8 minutes de cuisson

Préparation

- Griller les légumes dans l'huile d'olive (à l'œil, soyez généreux)
- Ajouter l'ail, le sel, le poivre et les épices Mélanger
- Une fois les légumes cuits, acidifier avec du vinaigre de cidre/blanc ou du citron (Goûter, cela doit être presque trop acide)
- Mixer puis ajouter de l'huile d'olive

Astuce : Si vous désirez conserver votre préparation plus longtemps, versez le tout à chaud dans le bocal et le retourner pendant 5 minutes minimum.

Matériel



Des bols



1 mixeur



1 poêle

Recette écrite par :