

Carottes râpées cuites, épices et ricotta

Écrit par bribri

Lundi, 25 Juillet 2011 16:57 - Mis à jour Mercredi, 02 Novembre 2011 16:30

Carottes râpées cuites , épices et ricotta

Source : Recette trouvée sur le site d' Eryn



Pour: 6/8 ramequins ou empreintes muffins

Temps préparation : 30 minutes

Temps cuisson: 15 à 20 minutes

Matériel :

Bol multipro : disque à râper gros

Carottes râpées cuites, épices et ricotta

Écrit par bribri

Lundi, 25 Juillet 2011 16:57 - Mis à jour Mercredi, 02 Novembre 2011 16:30

Ingrédients :

- 20 carottes moyennes
 - 2 échalotes hachées
 - 8 cc de ricotta
 - 250 g de yaourt nature (2 pots)
 - 2 pincées de coriandre moulue (grosses)
 - 3 pincées de cumin moulu (grosses)
 - sel, poivre du moulin
 - décoration : coriandre fraîche ciselée
-

Préparation :

Eplucher et râper les carottes (râpe à gros trous).

Hacher les échalotes.

Mettre les échalotes, les carottes râpées et les épices dans le bol du cc avec 1 cuillère d'huile d'olive. Installer le batteur souple et le couvercle anti-projections. Programmer 15 minutes M2 à 110°C. Pas besoin de rajouter d'eau, car les carottes fondent doucement en cuisant.

Préchauffer le four à 200°C.

Dans un saladier, mélanger la ricotta, les yaourts, ajouter une pincée de coriandre moulue, saler, poivrer.

Y verser les carottes, bien mélanger.

Remplir les ramequins de cette préparation et enfourner 15-20 minutes à 200°C.

Décorer de coriandre fraîchement ciselée.

Se sert chaud ou tiède.

Avis des CCCistes :

Recette étonnante qu'on a bien aimée. Accompagnement original et très parfumé.

Les discussions du forum sur le sujet :

Carottes râpées cuites, épices et ricotta

Écrit par bribri

Lundi, 25 Juillet 2011 16:57 - Mis à jour Mercredi, 02 Novembre 2011 16:30

[carottes râpées cuites ,épices et ricotta](#)