



La **recette** de la semaine

Recette

[Retour à la liste](#)

L'assiette de carottes pour les grands enfants

Avec **Nathalie**  [Le blog de Nathalie](#)



Temps de préparation : 15 min

Difficulté : 5/10

Les ingrédients

Fruit	1	ecorce de citron
Legume	3	carottes
Condiment	1/3	sel de guérande
Condiment	2	ciboulette fraîche
Condiment	5	feuilles de roquette
Condiment	1 boîte	pignons de pain
Condiment	1/3	huile d'olive
Condiment	2	agar agar

La préparation

Mettre un morceau d'écorce de citron à infuser dans l'huile préalablement.

éplucher la carotte
Centrifuger la carotte
Laisser reposer 1minutes et écumer
Passer au chinois pour obtenir le jus
Mettre le jus de carottes dans une petite casserole ,
Melanger 1 gr d'agar agar et diluer , laisser bouillir 1 mn et retirer du feu .
Mettre immédiatement dans un petit plat de 1 cm de hauteur et au congélateur durant 5 minutes.
passer une pointe du couteau pour décoller les jus des parois du plat et retourner dans une assiette, découper en buchettes de 0,5 cm
Servir les Buchettes sur une assiette avec quelques feuilles de Roquette , arroser d'huile infusé au citron... quelques minuscules lamelles d'écorce et de la ciboulette détaillée très fin.parsemez de fleur de sel....et de pignons

 [Permalien http://cuisinestudio.tv/recette/l'assiette-de-carotte](http://cuisinestudio.tv/recette/l'assiette-de-carotte)

Cette recette a été réalisée avec une centrifugeuse



[En savoir +](#) sur ce produit qui nous aide à mieux cuisiner 