



CAROTTES RÔTIES EN RONDELLES, SAUCE YAOURT ET MENTHE



Temps :



Nombre de couvert :

Ingrédients :

- 300 g de carottes
- 1 càs d'huile d'olive
- 200 g de yaourt grec
- 1/2 citron vert
- 15 g de menthe (et non 150 g, qui serait excessif)
- 40 g d'aneth
- Noisettes
- Huile de noisette
- Sel, poivre, piment d'Espelette

Préparation :

1. Épluchez les carottes, puis coupez-les en rondelles.
2. Disposez-les sur une plaque allant au four avec un filet d'huile d'olive, du sel, du poivre et du piment d'Espelette.
3. Faites cuire pendant 20 minutes à 180 °C.
4. Dans un mixeur, mettez le yaourt, la menthe, le jus du demi-citron, l'aneth et un filet d'huile d'olive. Mixez jusqu'à obtenir une sauce homogène.
5. Dressez dans une assiette en mettant un fond de sauce, puis ajoutez les carottes rôties.
6. Décorez avec des feuilles de menthe et des noisettes concassées.

Astuces ou notes personnelles :



Votre photo ici