

Maho
Nabé

CAROTTES A L'ORIENTALE

Pour 4 personnes

Pour la cuisson:

- 2 cuilleres a soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 kg de carottes
- 1 cuillere a soupe de cumin en poudre
- 1 pincee de cannelle
- 1 orange
- 250 ml de bouillon de legumes
- 2 cuilleres a soupe de coriandre ciselee
- 1 pincee de sel



Recette créée par papilles & pupilles

Epluchez les carottes. Otez les extremités, lavez-les et coupez-les en rondelles. Pelez l'ail, degermmez-le et coupez-le en des. Pressez l'orange.

Versez l'huile dans votre cocotte Maho Nabe, faites-y revenir l'ail cisele pendant 2 minutes.

Ajoutez les epices, melangez, puis ajoutez les carottes. Melangez. Versez le bouillon de legumes, le jus d'orange, remuez et faites cuire 50 minutes a couvert.

Laissez-les reposer, hors du feu, une bonne quinzaine de minutes dans le Maho Nabe, le temps qu'elles finissent de cuire.

Goutez, salez si besoin (le bouillon de legumes peut etre deja sale) et servez, saupoudre de feuilles de coriandre hachees.