

CAROTTES NOUVELLES CONFITES

Mardi 01 Août 2017

Ces carottes nouvelles en botte, un délice !



Carottes nouvelles confites pour 4 personnes et 2pp- 3 sp par part

- 1 botte de carottes nouvelles *
- 20 g de beurre à 41 %
- 30 g de sucre en poudre

Préchauffer le four 180° (th 6)

Gratter les carottes, les passer sous l'eau froide et les cuire à l'eau bouillante salée 5 minutes. Les égoutter, les

refroidir sous un filet d'eau froide

Beurrer avec une noix de beurre un plat



Poser les carottes, les saupoudrer de sucre et éparpiller le beurre restant

Enfourner 20 minutes

Servir aussitôt

Je n'ai pas essayé avec du sucralose, ce sera pour la prochaine fois et si c'est aussi bon, il faudra compter à peine 1 pp – 1 sp par personne

Pour le repas : concombre à la crème (1pp- 2 sp) -90 g de côtes d'agneau au barbecue (6pp- 6 sp)-carottes nouvelles confites (2pp- 3 sp)-100 g de pomme de terre sous la cendre(2pp- 2 sp) –mousse abricot avec 2 petits suisses 0 % (1pp- 1

sp) . Total : 12 pp- 14 sp

Passez un excellent mardi et soyez aux petits soins culinaires avec vous