



CAROTTES (150G)

CRÈME LIQUIDE  
(0.05DL)

1 ŒUF

1 POIREAUX

CUMIN EN POUDRE  
(1 CC)

CURRY EN POUDRE  
(1 CC)

VINAIGRETTE :

ÉCHALOTE

FENOUIL

VINAIGRE DE  
BALSAMIQUE

HUILE D'OLIVE

### FLAN DE CAROTTE AU CURRY

- Cuire les carottes à l'Anglaise et les refroidir.
- Réaliser le mélange crème carotte œuf et épices, mixer le tout.
- Mouler dans les récipients « ramequin, verrine ».
- Cuire en vapeur 100°C 12 minutes.
- Réaliser la vinaigrette.
- Tailler les échalotes et le fenouil en brunoise.
- Dans une poêle faire revenir très légèrement à l'huile d'olive et déglacer au vinaigre balsamique.
- Réalisation des chips.
- Faire frire de fines tranches de carottes puis de julienne de poireaux.
- Dresser.

