

# Carottes à la bière

Une recette Ch'ti !

## Informations :

- difficulté : facile
- pour 4 personnes
- préparation d'environ 20 minutes
- cuisson d'environ 30 minutes



## Ingrédients :

- 500g de carottes
- 25cl de bière blonde\*
- 30g de beurre doux
- 1 cuillère à soupe de moutarde à l'ancienne en grains
- 1 cuillère à café d'oignon déshydraté
- 1 bouquet de persil frais

## Préparation :

- 1) Commencer par peler les carottes.
- 2) Les faire cuire dans un grand volume d'eau salée, départ eau froide.
- 3) Pendant que les carottes sont en cuisson, faire chauffer dans une sauteuse à feu doux et à couvert : la bière blonde, le beurre et la moutarde.
- 4) Laisser cette préparation frémir à fines bulles et y ajouter alors l'oignon et le persil préalablement passé à l'eau claire et finement ciselé.
- 5) Quand les carottes sont cuites, les égoutter et les couper en rondelles, encore chaudes.
- 6) Ajouter alors les carottes coupées en rondelles dans la sauteuse et laisser à couvert et à feu doux une dizaine de minutes pour que les légumes prennent le parfum de la sauce préalablement préparée.
- 7) Servir bien chaud.

## ☀ Les astuces de la p'tite Poule Rousse :

- Pour les Normands de cœur ou de sang, ajouter une cuillère de crème fraîche en fin de cuisson pour donner encore plus de gourmandise à ce petit plat mijoté.
- Facile de manger 5 fruits et légumes par jour avec de telles recettes !!!