

## Biscuits végétaux brocoli-carotte { Sans gluten }



### Ingrédients, pour 1 quinzaine de biscuits :

- 1 belle carotte
- 1 échalote
- 200 g. de brocoli
- 20 cl. de crème de riz (ou autre crème végétale)
  - 5 c. à s. de farine de riz blanc
- 1 c. à s. de [gomasio](#) (Sel japonais à base de sésame)
  - 1 c. à s. de [purée de sésame](#)
  - 1 c. à c. de [graines de pavot](#)
  - Sel gris de mer
  - Poivre du moulin
- Graines au choix (lin, sésame, courge, pavot...)

### La recette de Juliette :

- Préchauffer le four à 200° C.
- Laver et râper la carotte (inutile de l'éplucher).
- Émincer l'échalote.
- Laver et mixer le brocoli afin d'en obtenir une semoule assez grossière.
- Dans un saladier, mélanger les légumes. Y ajouter la crème de riz, la purée de sésame, la farine, le gomasio et les graines de pavot. Saler & poivrer à convenance.
- Sur une plaque couverte de papier cuisson, déposer des petits tas de pâte (l'équivalent d'1 c. à c. bombée). Bien les espacer pour ne pas que les biscuits se collent à la cuisson. Parsemer de petites graines au choix (sésame, courge, lin, pavot...).
- Enfourner pour 17 minutes à 200° C.
- Sortir du four et laisser refroidir sur une grille avant de déguster (Accompagnement possible : Une sauce à base de fromage blanc de soja + moutarde + échalote).