

## *Légumes rôtis au miel et aux graines*

*Pour 4 à 6 personnes*

*4 carottes*

*1 grosse patate douce*

*1/2 chou fleur*

*2 oignons rouges*

*2 cuil à café de graines de lin*

*2 cuil à café de graines de fenouil*

*2 cuil à café de graines de cumin*

*2 cuil à soupe d'huile d'olive*

*2 cuil à soupe de miel*

*Amandes effilées*

180°C 30 minutes chaleur tournante

Préchauffez le four à 180°C.

Epluchez, lavez et coupez les légumes en morceaux. Mettez-les dans une grand plat à gratin, ajoutez l'huile d'olive, le miel, les mandes et les graines. Mélangez bien et enfournez à 180°C pendant 30 minutes.

Simple non????