ATELIER CUISINE
NOVEMBRE 2020

DEUXIEME ETAPE:LE MAROC
AU MENU
salade de carottes à l'orientale
pastilla au poulet et aux épinards
cornes de gazelle
pain marocain ou batbout

SALADE DE CAROTTES A L'ORIENTALE
pour 4 pers: 2 oranges sanguines,1 carotte violette,1 carotte jaune,1 carotte orange
pour la sauce:quelques feuilles de coriandre frais,1/2 jus de citron,3càs d'huile d'olive,1càc
de coriandre en grain,1/2 càc de cumin en poudre,sel poivre du moulin
Rapé les carottes,violette,jaune et orange,pelez les oranges et récupérez les segments et le jus
Mélangez le jus de citron avec le jus des oranges y ajoutez les coriandres et l'huile d'olive
Dans un saladier,mélangez les carottes+les segments d'orange+le mélange jus de citron et
oranges,assaisonnez sel et poivre et mélangez avec amour
Réservez au frais pendant 1 h