

## CAROTTES A L'AIL ET AU CUMIN (cookeo)



### Ingrédients :

- 700 g de carottes en rondelles
- 15 g d'ail
- 150 g d'oignons
- 5 g de persil
- 5 g de cumin
- 2 c à s d'huile d'olive
- 250 ml d'eau
- poivre, se

### Préparation :

- Peler l'oignon puis émince-le, hacher l'ail et le persil
- lancer le mode "Dorer"
- à la fin du préchauffage, verser 2 c à s d'huile d'olive dans la cuve
- faire dorer l'oignon et l'ail pendant 4 minutes
- ajouter le reste des ingrédients
- lancer la cuisson sous pression pour 10 minutes

Vous pouvez retrouver la recette de base sur le site [CROQUONS LA VIE](http://CROQUONS LA VIE)

*Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.*

THERMOMINOUX 2020

<http://thermominoux.over-blog.com>