

CRUMBLE DE CAROTTES

[La cuisine de Laëty](#)

la-super-cuisine-de-laety.over-blog.com

Ingrédients : (6 parts)

- 500g Carottes > 1 Oignon
- 4 CS d'Huile d'olive > Sel et Poivre

Pour le Crumble :

- 100g de Farine > 60g de Beurre
- 30g de Gruyère > 1Cc de Sel

> 205 Kcal la part > 1232 Kcal la recette entière

Recette réalisée au Thermomix, MCC ou Autres Robots Culinaires :

- > Eplucher et couper les carottes en rondelles
- > Cuire les carottes > Mettre 500ml d'eau dans le bol
- > Mettre les carottes dans le panier vapeur
- > Programmer 25 min / Varoma / Vit 1
- > Eplucher l'oignon > Mixer 5 sec / vit 6
- > Mettre l'huile d'olive, les carottes, le Sel et le Poivre dans le bol
- > Programmer 10 min / 90°C / Vit 1 / Sens Inverse
- > Mettre les carottes dans un plat allant au four

Crumble :

- > Mettre tous les ingrédients dans le bol
- > Programmer 20 sec / Vit 6
- > Répartir le crumble sur l'ensemble des carottes
- > Enfourner 25 min à 180°C
- > Server