



Plats d'accompagnement

Carottes aux noisettes et haché

Pour 4 personnes.

Ingrédients

300 grammes de carottes (râpées gros)
50 grammes de noisettes
3 cuillères à soupe d'huile d'olive
300 grammes de boeuf haché
poignée coriandre (fraîche, hachée gros)
poignée menthe (fraîche, hachée gros)
1 cuillère à soupe de vinaigre de vin blanc
3 cuillères à soupe de jus de citron
5 cuillères à soupe de jus d'orange (frais)
1 cuillère à soupe de curry en poudre
poivre
sel

Méthode de préparation

Hachez grossièrement les noisettes et rôtissez-les dans une poêle antiadhésive. Cuisez la viande avec le curry en poudre et une pincée de poivre et de sel dans 1 cs d'huile d'olive jusqu'à ce qu'elle soit brune et friable.

Mélangez-y ensuite les carottes râpées, le vinaigre de vin, le reste de l'huile d'olive, le jus d'orange et le jus de citron. Faites cuire encore quelques minutes puis mélangez-y la coriandre et la menthe. Salez et poivrez et avant de servir saupoudrez avec les noisettes.

