CAROTTES GLACÉES AU MISO ET RICOTTA

Les recettes du Local

Les ingrédients

Pour 1-2 personnes
6 carottes fines
1 c.s. de pâte de miso
1 c.s. de miel liquide
1-2 gousses d'ail
1 filet d'huile
150g de ricotta
zeste de citron selon goût
filet de miel selon goût
persil haché
noix diverses
sel, poivre

1. Couper les carottes en deux dans la longueur et les faire colorer dans une poêle dans de l'huile bien chaude.
2. Dans un bol, mélanger le miso, le miel, l'ail et l'huile.
3. Badigeonner les carottes du mélange et enfourner pendant 10 minutes à 200°C.
4. Pendant ce temps, dans un bol, verser la ricotta, le zeste de citron, le miel, le sel et le poivre (de l'ail aussi, selon goût) et fouetter à l'aide d'un batteur.
5. Disposer la ricotta fouettée dans un plat et y déposer les carottes rôties, saupoudrer de persil haché et de noix diverses (amandes, noisettes, pistaches, etc.)

