



Tatins aux carottes de la Baie du Mont Saint-Michel

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 500 g de carottes du Mont-Saint-Michel
- 2 rouleaux de pâte feuilletée
- 2 cuillères à soupe de miel de thym
- Thym frais
- Sel et poivre
- Beurre

1. Lavez puis épluchez les carottes du Mont-Saint-Michel, détaillez-les en rondelles fines et dans une casserole d'eau bouillante salée, laissez-les cuire 15 minutes environ.
2. Faites fondre le beurre dans une poêle et caramélisez les carottes avec le miel.
3. Poivrez et saupoudrez de thym frais effeuillé ou de romarin.

4. Découpez 4 ronds, de la taille de moules à tartelettes, dans la pâte feuilletée.
5. Garnissez les moules de carottes, laissez refroidir et recouvrir d'un disque de pâte.
6. Enfourez pendant 15 minutes à 180°C th.6.
7. Servez chaud avec une petite cuillère de crème au curry pour les plus gourmands.

Les carottes sont une des richesses de la baie du Mont-Saint-Michel, vaste zone de maraîchage dans laquelle on trouve également poireaux, salades, choux, choux-fleurs, céleris, navets... Là les légumes sont cultivés dans des polders, des terres très sablonneuses et pleines de limon qui confèrent aux carottes un goût très doux et sucré.

© recette : Alexia Janny / Visuel : Pierre Chivoret pour les Jardins de Normandie

