



Carottes de la baie du Mont Saint-Michel rôties au miel

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 6 carottes de la baie du Mont-Saint-Michel
- 1/2 botte de coriandre fraîche
- 1 citron vert
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères de miel liquide
- 1 cuillère à café de cumin
- Fleur de sel
- Poivre moulu

1. Préchauffez votre four à 200°C th 6-7 sur chaleur tournante.
2. Lavez et pelez les carottes, découpez-les en tronçons pas trop épais.
3. Déposez les carottes dans un grand plat à four en métal. Versez une cuillère à café de cumin et une cuillère à café d'huile d'olive

dans un petit verre d'eau, mélangez bien et versez rapidement le tout sur les carottes, versez le miel.

4. Enfournez pendant environ 45 minutes. Les carottes doivent être dorées et fondantes, testez la cuisson avec une pointe de couteau.
5. Laissez tiédir. Hachez grossièrement la coriandre, Dans un petit bol, versez votre jus de citron vert, les 2 cuillères à soupe d'huile d'olive.
6. Mettez les carottes dans un plat creux et versez le mélange citron vert, cumin, huile d'olive sur les carottes.
7. Mélangez le tout, ajoutez la coriandre, une grosse pincée de fleur de sel et deux tours de moulin à poivre et mélangez à nouveau.
8. Servez idéalement en accompagnement d'une viande grillée.

© Pierre Chivoret – Alexia Janny pour les [Jardins de Normandie](#)