

Carottes marinées & Sauce à l'aneth

Préparation : 20 min

Cuisson : 15 min

Quantité : 6 personnes

Ingédients

Pour les carottes marinées :

- 3 carottes (~ 250g)
- 1 gousse d'ail
- 1 algue nori
- 25 cl d'eau
- 2 cl de sauce soja
- 3 g de paprika
- sel

Pour la sauce à l'aneth :

- 1 cuillère à soupe d'aneth (2 g)
- 1 cuillère à café de jus de citron
- sel, poivre

Préparation

À faire la veille :

Pour les carottes marinées :

Préchauffer le four à 180°C.

Peler les carottes.

Faire cuire pendant 15 min.

Mixer l'eau chaude, la sauce soja, le paprika, l'ail pressé et le sel.

Ajouter l'algue nori.

Mixer jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.

Faire des lamelles de carottes.

Faire tremper les carottes dans la marinade pendant au moins 10 heures au frais.

Pour la sauce à l'aneth :

Laisser le yaourt s'égoutter pendant au moins 10 heures au frais.

À faire le jour même :

Mettre le yaourt dans un bol.

Ajouter le jus de citron, l'aneth, le sel et le poivre.

Catégorie : Condiments

Samedi 21 décembre 2019

