

CAROTTES SAUTEES A L'ORANGE ET AU GINGEMBRE



Préparation : 15 min. – cuisson : 25 min.

Pour 4 personnes

- * 750 g de carottes
- * 3 gousses d'ail
- * 20 g de beurre
- * Le jus d'une orange
- * 25 cl de bouillon de légume
- * 1 cuillère à café de gingembre moulu
- * sel, poivre

1. Epluchez les carottes et coupez-les en rondelles. Pelez et hachez les gousses d'ail.
2. Dans une cocotte, faites fondre le beurre, puis ajoutez l'ail. Laissez revenir 1 minute puis ajoutez les carottes. Laissez cuire 5 minutes tout en remuant de temps en temps.
3. Arrosez ensuite du jus d'orange et du bouillon de légumes puis saupoudrez de gingembre. Salez et poivrez.
4. Couvrez et laissez mijoter 20 minutes environ sur feu doux en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que le bouillon et le jus d'orange soit absorbés.

Peu être préparé la veille et réchauffez – ce plat reste excellent