



RECETTE
du crumble
salé

RECETTE

du crumble salé

Les ingrédients :

- 10 carottes
- 1kg de petits poids à écosser
- 400ml de lait de coco
- 1 cuillère à café de curry
- 1 cuillère à café de paprika
- 1 cuillère à café de miel
- Une pincée de sel

La recette :

On coupe les carottes en morceaux et elles partent au four, avec un peu d'huile, à 180°C pendant 30 min.

On écosse les petits pois, et on les fait cuire 10 min dans de l'eau bouillante.

Dans un plat, on mélange les carottes et les petits pois avec le lait de coco, les épices et le miel.

Pour la pâte à crumble, on malaxe avec ses petites mains le parmesan, la farine et le beurre.

On met le crumble sur le mélange de légumes et un adulte enfourne pour 20 min au four à 180°C !

A votre tour les petits chefs !