

Boulettes de carottes au cumin



LES INGRÉDIENTS

- 6 carottes
- 120 gr de polenta
- 2 œufs
- 1 cuillère à café de cumin
- De la chapelure
- 1 bouquet de ciboulette
- Sel et poivre du moulin

LA RECETTE

- 1- Épluchez les carottes avec l'éplucheur horizontal Kyocera
- 2- Découpez les carottes en rondelles avec le grand santoku Gen Kyocera et faites-les cuire dans l'eau bouillante environ 15 minutes
- 3- Préchauffez votre four à 180°C
- 4- Dans un bol, couvrez la polenta d'eau bouillante et laissez gonfler
- 5- Égouttez les carottes et écrasez-les à la fourchette pour garder quelques morceaux
- 6- Ajoutez la polenta, le cumin et les œufs, mélangez afin d'obtenir une pâte dense
- 7- Salez et poivrez
- 8- Ciselez la ciboulette avec les ciseaux à lames en céramique Kyocera
- 9- Ajoutez la ciboulette et mélangez à nouveau
- 10- Façonnez vos petites boulettes de la taille d'une noix
- 11- Roulez les boulettes dans la chapelure et déposez-les sur une plaque recouverte de papier cuisson
- 12- Enfourez 25 minutes en les retournant à mi-cuisson
- 13- Régalez-vous 😊

Accompagnez ces savoureuses boulettes de carottes au cumin d'une sauce au yaourt à la menthe et d'un vin blanc de Loire, un Vouvray par exemple. À consommer avec modération !

www.kyocera-cuisine.fr

Contact Presse: KEEPINTOUCH
Delfine Bourguignon - rp@keepintouch.fr



VOS USTENSILES

- ✓ **1 grand santoku GEN de Kyocera** à lame en céramique blanche de 16 cm fiable et ultra tranchant



- ✓ **1 Éplucheur horizontal KYOCERA** doté d'une large surface de céramique pour éplucher avec précision et rapidité.



- ✓ **1 paire de ciseaux KYOCERA** à lames en céramique blanche, précis et fonctionnels.

