

## MOUSSE DE BETTERAVES ET CAROTTES EN VERRINE AU BLENDER

## **INGRÉDIENTS**

- 2 betteraves cuites
- 5 carottes
- Huile d'olive
- Cumin
- Poivre et sel

## **PRÉPARATION**

Râper les carottes, les couper en petit morceaux et les mettre dans une casserole d'eau à bouillir.

Vérifier la cuisson en pointant avec un couteau : s'il pénètre facilement, c'est que c'est bon. Mettre la betterave avec un peu d'huile d'olive, du poivre et sel dans le blender et faire tourner jusqu'à obtenir une pâte lisse. Réserver.

Une fois les carottes cuites, les laisser refroidir et mixer comme pour les betteraves, mais en rajoutant en plus du cumin à petite dose. Prendre de petites verrines et alterner une couche de carotte et une autre de betterave.

Si possible, refaire une couche de chaque, poivrer la dernière couche et mettre au frais ou consommer tiède.

TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN TEMPS DE CUISSON : 40MN TEMPS TOTAL : 1H