

# PURÉE DE CAROTTES

AVEC



## LE + PRODUIT

**La Vache qui rit® Nature** s'incorpore facilement dans la préparation et apporte de l'onctuosité. De plus, la douceur de **La Vache qui rit® Nature** s'équilibre bien avec le goût des carottes.



# PURÉE DE CAROTTES avec



🕒 Temps de préparation : 10 min

🕒 Temps de cuisson : 20 min

€ Coût moyen par portion : 0 1€

## Ingédients pour 100 convives :



18 kg de galets de carottes surgelés

+



1 kg de **La Vache qui rit® Nature**

+



1 L de crème liquide 15 %

+



Sel / Poivre



## L'ASTUCE DU CHEF

Avec sa couleur orange, cette purée peut s'intégrer dans un **menu spécial Halloween** ! Et pour une touche de décoration supplémentaire, ajoutez des graines de sésame noir.



## Progression de la recette

1. Faire chauffer les galets de carottes.
2. Mélanger **La Vache qui rit® Nature** et la crème liquide puis incorporer aux carottes.
3. Rectifier l'assaisonnement.



## Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Valeurs énergétiques	206,3 kJ / 49,6 kcal
Matières grasses	2,27 g
dont acides gras saturés	1,23 g
Glucides	4,62 g
dont sucres	4,22 g
Protéines	1,23 g
Sel	0,23 g

