

*****CAROTTES AU MIEL*****

INGREDIENTS :

- des carottes
- du miel liquide
- un peu d'ail en poudre
- de l'avoine ou de l'orge, entière ou concassée
- des caissettes en papier pour petits gâteaux

PREPARATION :

Coupe les carottes en long puis en travers pour obtenir des petits cubes. Mélange le miel liquide avec l'ail en poudre et les grains d'avoine ou d'orge, jusqu'à former une pâte épaisse et collante. Ajoute les morceaux de carottes et mélange le tout avec soin.

Verse ensuite le mélange dans des moules et recouvre-le de miel liquide pour décorer. Dépose les moules bien à plat dans le congélateur ou le compartiment à glace du réfrigérateur pendant au moins une heure.

VARIANTES :

Tu peux remplacer le miel par du beurre de cacahuète, du sirop ou de la mélasse, les carottes par des pommes ou des betteraves fourragères, et les grains par des flocons d'avoine, des graines de lin grillées ou encore des corn-flakes.