

Paprikas

Cuisine d'ici et d'ailleurs

MILK-SHAKE A LA CAROTTE CUITE

Pour 6 personnes



Préparation : 15 mn

Cuisson : 20 mn

Ingrédients :

- 500 g de carottes
- 1/2 litre de lait frais
- 1 yaourt à la fraise
- 5 cuillères à soupe de sucre
- 1 sachet de sucre vanille

Préparation :

Lavez les carottes et les éplucher.

Les couper en rondelles et les mettre dans une cocotte. Couvrir d'eau et faire cuire pendant 15 minutes. Egouttez et laissez refroidir complètement.

Dans un blender, mettez les carottes cuites froides, le yaourt à la fraise, le sucre, la vanille et le lait frais. Mixez le tout pour avoir un milk-shak.

Servir dans des grands verres décorés à votre goût (fraises, bonbons et autres).

www.paprikas.fr