

## Carottes confites au miel, au sésame et au thym



r

### Ingrédients pour 4 personnes :

1 botte de carottes nouvelles 1,5 càs de miel

2 càc de thym émietté

2 càs de graines de sésame

coriandre fraîche

huile d'olive

sel et poivre

### Préparation :

1. Éplucher les carottes.

2. Faire chauffer 3 càs d'huile, y faire fondre le miel puis ajouter les graines de sésame.

3. Les faire dorer quelques instants.

4. Ajouter le thym puis les carottes et les faire caraméliser (+/- 30 mn) en les tournant délicatement de temps en temps et en rajoutant lorsque c'est nécessaire un très mince filet d'eau.