

# La carotte



Recette : *Crue ou Cuite la carotte est un légume incontournable de nos assiettes, connu pour ces vertus en carotène et vitamines (A, B, C)*

## Velouté Carotte au curry

- Poêlée de carotte, oignons doux et lardons
- Légumes rotis : carotte, betteraves, panais
  - En sucré : Carrot cake
  - Fondue carottes, poireaux
- Carotte crue (apéritif) ou râpée (entrée)

