

recette salée

BROWNIES À LA CAROTTE... EN APÉRO

🕒 20 minutes

🕒 15 + 45 minutes

👥 8 personnes

Ingredients

500 g de carottes
3 oeufs
100 g de mascarpone
150 g de farine de blé complète
50 g de flocons d'avoine
3 cs. d'huile d'olive
15 g de sirop d'agave ou de miel
1 cc. bombée de bicarbonate de soude alimentaire
1 petit oignon
Une poignée de feuilles de basilic frais
Sel et poivre, au goût

Préparation

Débuter la préparation en nettoyant soigneusement les carottes avant de les couper en dés. Penser à les éplucher si elles ne sont pas bio. Les faire ensuite cuire à la vapeur durant 15 à 20 minutes (jusqu'à ce qu'elles soient tendres). Ensuite, dans un blender, mixer les carottes pour obtenir une purée grossière. Transvaser dans un saladier ou dans le bol d'un robot. Ajouter les oeufs, le mascarpone, l'huile d'olive et le sirop d'agave ou le miel avant de mélanger vivement à l'aide d'un fouet.

Passer les flocons d'avoine au mixer afin de les réduire en une fine farine. L'ajouter dans le saladier, avec la farine de blé et le bicarbonate. Mélanger à nouveau jusqu'à obtention d'une pâte sans grumeaux.

Préchauffer le four à 180 degrés.

Eplucher et émincer finement l'oignon. Ciseler les feuilles de basilic. Les ajouter au reste de la préparation dans le saladier, bien mélanger avant de finir en salant et en poivrant.

Foncer un moule rectangulaire avec du papier sulfurisé. Répartir ensuite la pâte de manière uniforme dedans. Lisser le dessus avec une Maryse afin d'obtenir un beau rectangle.

Enfourner ensuite pour 45 minutes. Une fois la cuisson terminée, laisser refroidir 15 minutes avant de démouler et de laisser refroidir complètement sur une grille.

Découper ensuite le brownie en petits (ou grands) carrés. Présenter le tout avec quelques feuilles de basilic frais.

