

# Carottes croustillantes et sauce pomme-séré

**Préparation:** env. 45 min

**Cuisson:** env. 15 min

Pour 5 enfants et 1 adulte. Entre parenthèses: pour 10 enfants et 2 adultes.

## Ustensiles

papier sulfurisé

## Ingrédients

15 (30) petites carottes ou carottes nouvelles  
sel

### Panure:

1 (2) blanc d'œuf  
env. 40 g (80 g) de chapelure  
env. 40 g (80 g) de Sbrinz AOP râpé  
3–4 cs (6–8 cs) de crème à rôtir

### Sauce pomme-séré

250 g (500 g) de séré  
1 (2) petite pomme coupée en petits dés ou râpée à la râpe à bircher  
1 cc (2 cc) de curry en poudre  
sel

1 (2) pomme coupée en quartiers pour la décoration



### Conseil

Carottes de taille normale: les couper en quatre dans la longueur et les préparer comme indiqué. Servir avec des pommes de terre au four.



## Préparation

1. Bien nettoyer les carottes, garder 4–5 cm de fanes. Cuire 3–5 min à gros bouillons dans de l'eau salée. Sortir les carottes, les rincer sous l'eau froide tout en râclant la peau, bien laisser égoutter.
2. Battre le blanc d'œuf à la fourchette dans une assiette à soupe. Mélanger la chapelure et le Sbrinz. Rouler les carottes dans le blanc d'œuf puis dans le mélange chapelure-Sbrinz et les déposer sur la plaque chemisée de papier sulfurisé. Badigeonner les carottes de crème à rôtir et cuire 10–15 min au milieu du four préchauffé à 200 °C jusqu'à ce qu'elles deviennent croustillantes.
3. Sauce pomme-séré: mélanger tous les ingrédients, assaisonner et répartir dans des bols.
4. Déposer les carottes croustillantes sur une assiette avec les quartiers de pomme, et servir avec la sauce.