



Crêpes, galettes et gaufres salées
Blinis aux carottes



1h30 **20 min** **40 min** **30 min** **263**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour les
blinis aux carottes**

500 g **Carotte(s)**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
1 unité(s) entière(s)
Jaune(s) d'oeuf
100 g **Farine**
100 ml **Crème fraîche épaisse**
6 tige(s) **Basilic**
1 c. à café **Cumin (en poudre)**
5 g **Levure de boulanger**
2 c. à soupe **Lait demi-écrémé**
1 **Sel**
1 **Poivre**

**Ingrédients pour la
cuisson**

10 g **Beurre**

Étape 1

Préparation de la pâte

- 1 Peler les carottes et les couper en rondelles.
- 2 Cuire les carottes à l'anglaise pendant 20 minutes.
- 3 Egoutter et réserver.
- 4 Dans un saladier, verser le crème. Ajouter l'oeuf et le jaune puis mélanger.
- 5 Délayer la levure avec le lait tiédi.
- 6 Ajouter la farine, la levure avec le lait, le sel, le poivre et les épices. Mélanger jusqu'à obtention d'une pâte lisse.
- 7 Ajouter les carottes, le basilic et mixer. Laisser reposer pendant 30 minutes.

Étape 2

Cuisson des blinis

- 1 Graisser une poêle avec un peu de beurre fondu.
- 2 Mettre à chauffer.
- 3 Lorsque la poêle est chaude, verser des petits tas de pâte suffisamment espacés pour qu'ils ne se rejoignent pas pendant la cuisson.
- 4 Cuire sur feu doux jusqu'à ce que de petits trous

apparaissent à la surface des blinis.

- 5** Retourner alors chaque blinis, cuire l'autre face pendant 1 minute.
- 6** Servir bien chaud, pour accompagner une volaille par exemple.
- 7** Si on cuit une grande quantité de blinis, les maintenir au chaud sur un plat dans un four préchauffé à 120°C (Th.4) au fur et à mesure de la cuisson.