



Le potage aux carottes

Vous aurez besoin de :

500 gr de carottes, 3 cuillères à soupe de miel, 80 gr de noix de coco râpées, 100 gr de raisins secs, 1 paquet de sucre vanillé, 1 citron, 1/2 l d'eau, 3/4 l de lait, du sel.

Nettoyer et laver les carottes, les raper et les cuire 10 min avec le miel, la noix de coco, les raisins secs, le sucre vanillé et un morceau de zeste de citron.

Ajouter le lait chaud légèrement salé.

Laisser cuire légèrement et ajouter le jus de citron.

Bon appétit !

