



Carottes Vichy ou flan de carottes

07/09/2011 à 12h09

Par [Rémy Labarrière](#)

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 30 min

Pour 6 personne(s)

Ingrédients :

- 1 kg de carottes
- 125 g de persil
- 2 gousses d'ail
- 1 litre de bouillon de volaille
- 2 oignons
- Vin blanc
- Appareil à flan
- 4 œufs
- 30 cl de crème de soja
- Muscade

Préparation :

- Epluchez, lavez et coupez les carottes en rondelles;
- Dans une cocotte, faites revenir les oignons émincés;
- A peine colorés, ajoutez les carottes, remuez bien et déglacez au vin blanc puis au bouillon;
- Ajoutez l'ail finement haché ainsi que le persil;
- Couvrez puis faites cuire à feu doux.

Pour le flan de carottes:

- Battez tous les ingrédients de l'appareil;
- Egouttez les carottes Vichy quasi-cuites;
- Répartissez-les dans des moules préalablement beurrés;
- Faites cuire à 180°C chaleur tournante pendant environ 30 minutes.