

Nos idées de recettes

Bœuf carottes

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 20 min

Cuisson : 2 heures

Ingrédients :
▪ 2 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne ▪ 1 oignon ▪ huile d'olive ▪ thym ▪ laurier
▪ 1 kg de bœuf à braiser (gîte, paleron) ▪ sel & poivre

- Faire revenir, dans une cocotte, bœuf puis oignon émincé dans un trait d'huile d'olive.
- Saler et poivrer. Ajouter le thym et laurier.
- Couvrir d'eau et porter à ébullition.
- Ajouter les carottes coupées en rondelles et faire mijoter le tout 2 h environ.

Carottes Vichy

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 10 min

Cuisson : 15 min

Ingrédients :
▪ 1 kg de carottes des sables ▪ 30 cl de crème fraîche ▪ 1 sucre ▪ sel & poivre

- Faire revenir à l'eau les carottes en rondelles.
- Ajouter un sucre et une noix de beurre. Couvrir 25 min.
- Egoutter puis ajouter la crème.
- Saler et poivrer.

+ A mi-cuisson, incorporer du cumin si vous souhaitez ajouter une note épicée à votre plat.

Carottes aux petits lardons

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 15 min

Cuisson : 25 min

Ingrédients :
▪ 1 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne ▪ 300 g de lardons

- Faire revenir à feu doux les carottes coupées en rondelles à la poêle dans un trait d'huile d'olive.
- Saler, mouiller et remuer régulièrement.
- A mi-cuisson, ajouter les lardons et poivrer.
- Mélanger et laisser dorer.

Velouté de carottes au cumin ou à la coriandre

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 10 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients :
▪ 1 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne ▪ 1 oignon ▪ 2 cubes de bouillon de légumes
▪ 2 cuillères à soupe de crème fraîche ▪ coriandre ou cumin ▪ sel, poivre

- Couper en morceaux oignon et carottes dans une casserole.
- Ajouter les cubes de bouillon, 1 litre d'eau et chauffer à feu vif pendant 30 min.
- Ajouter, au choix, la coriandre en poudre ou le cumin et la crème fraîche. Saler, poivrer.
- Broyer au mixeur. Mélanger et servir chaud.

Variante de verrines

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 25 min


Cuisson : 25 min

Ingrédients :
▪ 1 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne ▪ 3 cuillère à soupe de crème fraîche épaisse
▪ sel ▪ poivre ▪ au choix : cumin, coriandre, cannelle moulus, orange pressée

- Cuire les carottes à l'eau ou à la vapeur.
 - Les passer au mixeur en incorporant crème, sel et poivre, et un des éléments suivants : cumin, coriandre ou cannelle moulus, orange pressée . . .
 - Remplir les verrines et les conserver 1 h au réfrigérateur.
 - Avant de servir, agrémenter en ajoutant au choix : chorizo émietté, basilic haché, copeaux de parmesan, ciboulette hachée, crevettes . . .
- + Composer des duos en combinant avec une autre couche de garniture : mousse de légumes (avocat, betterave, brocoli, courgette), chèvre frais . . .

Petites carottes caramélisées

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 5 min

Cuisson : 15 min

Ingrédients :
▪ 500 kg de carotine ▪ 30 g de beurre ▪ 3 cuillère à soupe de sucre en poudre ▪ sel

- Cuire les petites carottes idéalement entières pendant 10 min à la vapeur (ou à l'eau).
- Les disposer dans une poêle avec le beurre fondu. Laisser dorer à feu vif 2 min et ajouter le sucre.
- Rouler à plusieurs reprises les carottes jusqu'à ce qu'elles deviennent brillantes.
- Saler et servir les carottes en accompagnement d'une viande blanche ou rouge, ou d'un poisson.

Gaspacho de carottes à la coriandre

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 10 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients :
▪ 1 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne
▪ 1 cube de bouillon de volailles
▪ sel, poivre
▪ coriandre ou cumin

- Faire cuire les carottes coupées en rondelles dans l'eau bouillante en ajoutant un cube de bouillon.
 - Lorsqu'elles sont cuites, mixer les carottes en conservant un peu de bouillon de cuisson
 - Ajouter la coriandre. Saler.
 - Faire refroidir au réfrigérateur et servir bien froid.
- + Pour varier les plaisirs, ajouter du cumin, ou toute autre épice de votre choix, à la place de la coriandre.

Crumble de carottes et coriandre

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 30 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients :
▪ 4 carottes des Hautes Landes de Gascogne
▪ 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
▪ 50 g de farine
▪ 40 g de beurre
▪ 40 g de parmesan râpé
▪ coriandre
▪ sel, poivre

- Préchauffer le four à 180°C.
- Eplucher les carottes, les couper en rondelles et les faire revenir à la poêle dans l'huile d'olive 20 min.
- Ajouter sel, poivre et coriandre en poudre.
- Ecraser les carottes en purée.
- Dans un saladier, mélanger beurre, parmesan, farine et malaxer la pâte obtenue jusqu'à ce qu'elle devienne friable.
- Répartir la purée dans un plat à gratin. Emitter sur le dessus la pâte à crumble.
- Cuire 30 min à 180°C.

Zuiche aux carottes

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 20 min

Cuisson : 20 min

Ingrédients :
▪ 500 g de carottes des Hautes Landes de Gascogne
▪ 1 pâte brisée
▪ 3 œufs
▪ 20 cl de crème fraîche
▪ 120 g de gouda
▪ cumin
▪ sel, poivre

- Faire bouillir pendant 5 min les carottes coupées en rondelles.
- Etaler la pâte dans un moule à tarte beurré. Répartir les carottes et le gouda en dés sur le fond.
- Dans un bol fouettez les œufs et la crème fraîche. Ajouter le sel, le poivre et le cumin.
- Verser la préparation sur le fond de tarte garni. Enfournier 20 minutes à 210°C.

Gratin de carottes

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 20 min

Cuisson : 35 min

Ingrédients :
▪ 1 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne ▪ 4 œufs ▪ 1 cuillère à café de farine
▪ cumin ▪ sel & poivre

- Faire bouillir les carottes en rondelles pendant 20 min. Les mixer.
- Ajouter la farine puis les jaunes d'œufs. Saler, poivrer et ajouter le cumin.
- Incorporer les blancs battus en neige.
- Verser dans un plat à gratin, enfourner pendant 15 min à 180°C.

Salade de carottes à l'orientale

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 15 min

Ingrédients :
▪ 3 carottes des Hautes Landes de Gascogne ▪ 2 oranges sanguines ▪ 1/2 citron
▪ 3 cuillères à soupe d'huile d'olive ▪ coriandre ▪ sel, poivre

- Eplucher les carottes et les plonger 5 secondes dans une casserole d'eau chaude pour les blanchir.
- Découper les carottes en fines lamelles.
- Peler les oranges, récupérer le jus et quelques zestes. Y ajouter le jus de citron.
- Saler, poivrer et ajouter la coriandre en poudre et l'huile d'olive.
- Mélanger avec les carottes. Réserver au frais pendant 1h. Servir bien frais.

Purée de carottes à la coriandre

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 20 min

Cuisson : 25 min

Ingrédients :
▪ 1 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne ▪ 2 pommes de terre ▪ 50 cl de bouillon de légumes
▪ 25 cl de lait ▪ coriandre ▪ sel, poivre

- Faire bouillir pendant 5 min les carottes coupées en rondelles.
 - Peler les légumes et les couper en morceaux.
 - Porter à ébullition le bouillon et le lait dans une casserole. Ajouter les légumes et cuire 25 min.
 - Passer les légumes au presse purée (ou au mixeur).
 - Ajouter le bouillon de cuisson jusqu'à obtenir la consistance souhaitée.
 - Ajouter la coriandre en poudre. Mélanger, saler, poivrer. Servir chaud.
- + Pour varier les plaisirs, ajouter du cumin, ou toute autre épice de votre choix, à la place de la coriandre.

Carottes confites à l'orientale

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 15 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients :

- 1 kg de carottes des Hautes Landes de Gascogne
- 1 oignon
- huile d'olive
- cumin
- coriandre
- sel & poivre
- sucre

- Eplucher et couper les carottes en rondelles.
- Faire revenir l'oignon émincé et les carottes dans une casserole avec l'huile d'olive pendant 5 mn pour les faire dorer.
- Saupoudrer de sucre, coriandre et cumin. Saler et poivrer.
- Verser de l'eau chaude à hauteur et recouvrir la casserole d'une feuille de papier sulfurisé.
- Laisser cuire à feu doux environ 20 min jusqu'à évaporation de l'eau.

Carottes râpées revisitées

Difficulté : 

Convives : 



Préparation : 15 min

Cuisson : 10 min

Ingrédients :

- 6 carottes des Hautes Landes de Gascogne
- 1 œuf
- 1/2 citron
- 1 oignon
- 10 cl de lait de coco
- huile d'olive
- 1 yaourt nature
- coriandre
- sel, poivre

- Eplucher et râper les carottes.
- Dans un bol, mélanger le jus de citron, le lait de coco, l'œuf et la coriandre en poudre.
- Mélanger avec les carottes, égoutter et former 12 petites galettes.
- Faire revenir à la poêle 5 min de chaque côté dans l'huile d'olive puis déposer sur du papier absorbant.
- Dans un bol mélanger le yaourt, quelques gouttes de citron vert et de la coriandre en poudre.
- Servir les galettes avec la sauce fraîche.

Détourner également les carottes râpées classiques en incorporant : ail, cumin/carvi, coriandre, jus ou pulpe d'orange, jus de citron, pommes et raisins de Corinthe, aux graines de sésame poêlées, noisettes et pignons de pin

+ Pour une dégustation idéale, conserver au réfrigérateur 2 h avant de servir afin que les carottes créent leur jus.