

safran oct8bre occitan

<http://www.oct8bre.fr>

recette et photographie de <http://calialavanille.canalblog.com>

CAROTTES CONFITES AU SAFRAN & AU THYM

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 1 kg de carottes fanes
- 1 oignon rouge
- 2 gousses d'ail
- 0,2 g de pistils de safran
- 1 cuillère à café de sucre cassonade
- 1 cuillère à soupe de miel(ou confit de safran)
- quelques branches de thym
- huile d'olive
- sel et poivre

Méthode

Faire infuser le safran dans 25 cl d'eau chaude. Pendant ce temps, éplucher l'oignon et les carottes. Emincer l'oignon et couper les carottes en rondelles. Eplucher l'ail, ôter le germe et le tailler en petits cubes. Effeuille le thym.

Faire revenir l'oignon dans une cocotte avec un filet d'huile d'olive. Ajouter les carottes et, tout en remuant, le sucre, le sel, le poivre et l'ail. Arroser avec l'infusion de safran, baisser le feu, couvrir et laisser mijoter pendant 20 minutes.

Enlever le couvercle, incorporer le miel et le thym, et laisser confire 5 minutes à feu moyen.

S'il y a trop de liquide, faire réduire à découvert pendant 5 à 10 minutes en fin de cuisson : les carottes sont bonnes lorsqu'elles sont légèrement caramélisées.

<http://www.oct8bre.fr/recettes+fr.html>