

# Verrines de carottes, chèvre, pistache

Bonjour à toutes et tous

Ça y est on dirait que le printemps arrive. A côté de chez moi, les oiseaux ont commencé à chanter et je vois pointer le nez des premières narcisses. Quel plaisir de voir ces fleurs sortir de terre et fleurir après l'hiver, ne trouvez vous pas ? Le réveil de la nature me redonne toujours envie de chercher d'amusantes recettes de légumes, à proposer tout au long du repas.

Prenez par exemple l'apéritif ou l'entrée : lors des repas de fêtes, il n'est pas courant de proposer des légumes. Pour une occasion familiale festive, je me suis donc « amusée » à proposer des verrines de légumes, légères mais raffinées. J'en ai proposé de diverses sortes : choux fleur et curry, betterave, mais il y en a eu une qui leur a particulièrement plu : crème de [carotte](#), chèvre, et pistaches concassées. C'est tout bête : une purée de carottes rendue onctueuse avec un poil de crème et très légèrement épicée, un peu de chèvre pour la fraîcheur, et des pistaches pour le croquant.

Je voulais partager l'idée avec vous, au cas où ce type de préparation vous tente. Bonne journée

- VERRINES DE CAROTTES -  
CHÈVRE & PISTACHES



## Recette : Verrines de carottes, chèvre, pistache

Saison de la recette : Octobre à Juin

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

---

### Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 400 à 500 g de carottes
- 80 à 100 g de chèvre frais
- 100 ml de lait (\*)
- 50 ml de crème légère
- Une poignée de pistaches
- 1/2 cuillère à thé de cumin
- Sel et poivre

### Réalisation

- Lavez, épluchez et coupez vos carottes en rondelles grossières. Faites les cuire à l'eau bouillante ou à la vapeur jusqu'à ce qu'elles soient fondantes.
- Entre temps, récupérez le fromage de chèvre, et formez des petites boules (cf. \*\*)
- Entre temps, torréfiez vos pistaches quelques minutes à la poêle, puis concassez les.
- Lorsque vos carottes sont cuites et tendres, mixez les finement. Détendez avec le lait, la crème, ajoutez le cumin, sel et poivre et remixez un coup. Ajustez bien l'assaisonnement à votre goût.
- Dans des verrines, déposez la crème de carottes, puis le chèvre et saupoudrez le pistaches concassées.

Servez ces verrines carottes chèvre bien fraîches en apéritif ou en entrée.

---

**Astuces :**

- (\*) La quantité de lait est indicative, il faut que votre crème soit bien onctueuse.
  - (\*\*) Si votre fromage de chèvre est très collant, mettez le fromage dans un film alimentaire et travaillez-le ainsi.
  - Pour plus de gourmandise, servez cette verrine carottes et chèvres accompagnée de gressins à picorer.
  - Variante : Si vous n'avez pas de pistache pour décorer la verrine carottes, utilisez des noisettes
-