



Carrot



Zanahoria



Karotte



Carota

Charlotte la Carotte

NOM D'ORIGINE

Le terme « carotte » vient du latin carota, emprunté au grec karôton.

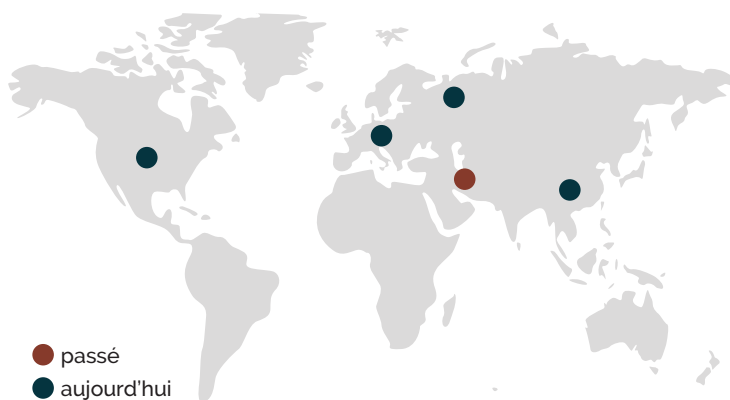
Pour la petite histoire...

Originnaire d'Afghanistan, la carotte, d'abord racine sauvage mince et aigre est devenu un légume plus gros et plus doux qui, au gré des déplacements humains, s'est implanté au Moyen-Orient, en Asie, en Afrique et en Europe. Des découvertes archéologiques attestent que la carotte est connue de l'homme depuis des millénaires. Au XV^e siècle on commence à cultiver les carottes. La couleur orange des carottes n'est pas naturelle. Elle résulte d'un croisement entre une variété à chair rouge et une à chair blanche.



D'où vient la carotte ?

A l'origine la carotte provient d'Afghanistan.



Et aujourd'hui ?

En Chine, en Russie, aux Etats-Unis et en Pologne.



J'en veux dans mon jardin !

J F M A M J J A S O N D



■ Semis
■ Récolte



Quels sont ses bienfaits ?



Pour le foie



Contre les maladies



Pour la vue



Pour la peau



Allez ! Aux fourneaux !

Carottes Vichy

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 20 min

INGRÉDIENTS

- 12 carottes (comptez 3 par pers.)
- 50 g de beurre
- 15 g de sucre
- 1 cube de bouillon de poulet

ÉTAPE

- 1 - Eplucher les carottes et les couper en petites rondelles.
- 2 - Dans une casserole, préparer un bouillon de poulet. La quantité d'eau doit être suffisante pour recouvrir les carottes.
- 3 - Dans une poêle, faire fondre le beurre puis, ajouter le sucre. Remuer jusqu'à obtention d'une légère «mousse» et ajouter les carottes. Remuer un peu puis, y ajouter le bouillon (les carottes doivent être recouvertes).
- 4 - Laisser à petit feu sans couvrir afin de permettre à l'eau de s'évaporer pendant 20/25 minutes.



3++ pirates



Allié-minceur



Pour les os