

MAYONNAISE DE LEGUMES VAPEUR



Préparation : 20' préparation – 15' de cuisson

Matériel : 1 cocotte, 1 robot

Ingrédients :

- 1 courgette
- 1 petite carotte
- 6 cs d'huile de colza
- 1 cc de jus de citron
- 1 grosse poignée de basilic frais, de persil et de coriandre

Préparation

- 1- lavez la courgette, coupez-la en larges rondelles dans le panier d'une cocotte à fond épais
- 2- brossez la carotte, tranchez-la en fines rondelles (de façon à équilibrer le temps de cuisson avec la courgette) et faites les cuire à la vapeur douce
- 3- Mettez les feuilles de basilic dans un petit robot à lame, ajoutez les légumes cuits, le jus de citron, du sel et l'huile de colza
- 4- mixez pour obtenir une crème

Accompagnement de bâtonnets de légumes :

1 concombre à découper en bâtonnets

1 radis noir à couper en rondelles