



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

## . Jardinière petits pois carottes en gratin .



© Manou / cuisine-plaisirs



© Manou / cuisine-plaisirs

### *Ingrédients :*

- 1 sachet de gruyère râpé
- 2 c.à.s d'huile d'olive
- 200 g de céréales gourmandes Tipiak
- 200 g de viande hachée
- 300 g de carottes
- 300 g de coulis de tomate
- 300 g de petits pois frais
- 40 cl de crème liquide
- Basilic, cumin

- Dans un plat à gratin verser un sachet de céréales gourmandes
- Faire cuire la viande hachée à la poêle, parsemer de cumin
- Ajouter les carottes coupées en dés et les petits pois frais
- Répartir l'huile sur le plat puis disposer une couche de viande hachée
- Dans une casserole mélanger le coulis, la crème liquide et les épices
- Verser le tout sur les ingrédients dans le plat, recouvrir de gruyère râpé
- Enfourner à four préchauffé à 180°C pendant 40 minutes

### *Recette originale :*

*Avec 1 courgette et pour le coulis remplacer la crème liquide par 60 g de crème fraîche et rajouter 250 ml d'eau*