



## Pain garni carotte, raisin sec

Derek Désir – Conseiller Culinaire  
Facebook : derek.couleurcuisine  
[derek.couleurcuisine@gmail.com](mailto:derek.couleurcuisine@gmail.com)  
Tél. : 06 27 44 61 79

Amap l'Olivier :  
Tél. : 06 26 94 13 83

[www.amap-olivier.fr](http://www.amap-olivier.fr)  
Facebook : amap l'olivier  
[contact@amap-olivier.fr](mailto:contact@amap-olivier.fr)

### Ingrédients

500g de carottes  
1 oignon  
1 grosse poignée de graines de sésame  
sel  
curry madras (couleur cuisine)  
40g de raisins secs  
100g de féta coupée en dés  
280g de farine  
sel  
curry de madras (couleur cuisine)  
4 cuillerées à soupe d'huile  
un petit verre d'eau



### Recette

Eplucher et râper les carottes. Emincer l'oignon. Faire dorer une minute dans une poêle, puis rajouter un verre d'eau et laisser mijoter 20 minutes environ. Ajouter le sel, le curry, les raisins secs, les graines de sésame et la féta. Préparer la pâte en mélangeant la farine, sel, curry, huile et eau. Étaler en rectangle et déposer sur une plaque. Déposer les carottes d'un côté du rectangle et replier le reste de pâte pour former un carré. Il faut que la pâte renferme totalement la garniture, sous peine de débordements ! Placer au four à 180° pendant 45 minutes environ, jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée. Servir chaud.