

recette écomiam

VEAU AUX CAROTTES POUR BÉBÉ



1 portion



2 min



10 min

Ingrédients

Surgelés écomiam

- 160 g de purée de carottes surgelée écomiam
- 10 g de veau haché cuit Bio surgelé écomiam
- 1 pointe de persil surgelé écomiam

Épicerie / Marché

- 1 càc de crème fraîche

Préparation

- Déposez la purée dans une casserole.
- Ajoutez un peu d'eau, laissez cuire à feu doux 8 à 10 min en remuant régulièrement.*
- Placez un galet de veau dans une assiette, faites chauffer au micro-ondes à 200 watts pendant 2 min.**
- Ajoutez la crème fraîche à la purée et mélangez.
- Placez la purée dans l'assiette.
- Écrasez le galet de veau avec le dos d'une cuillère.
- Disposez le haché de veau sur la purée, ajoutez une pointe de persil.

*Vous pouvez également réchauffer la purée au micro-ondes en la plaçant dans un plat recouvert d'un film percé, puissance maximum pendant 4 à 8 min.

**Ou au bain-marie, plongez le galet avec la barquette dans l'eau bouillante pendant 2 min 30.

Bon appétit !