

Pour 4 personnes

Boulettes de haricots rouges aux cacahuètes et purée de carottes

20 min de préparation – 20 min de cuisson



Ingrédients

200 g de haricots rouges en boîte
2 grosses poignées de cacahuètes
Paprika
20 g de farine
4 carottes
Herbes de Provence
Sel
Poivre

Préparation

1. Préchauffez le four à 200 °C.
2. Rincez les haricots rouges puis mixez-les avec la farine, du sel, du poivre et du paprika.
3. Formez des boulettes en humidifiant la paume de vos mains.
4. Hachez les cacahuètes et roulez les boulettes dedans. Arrosez-les d'huile d'olive et enfournez-les 7 minutes.
5. Taillez grossièrement les carottes. Faites-les cuire dans une casserole d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient bien tendres.
6. Mixez-les pour obtenir une purée lisse et soyeuse, en ajoutant de l'eau de cuisson au besoin.
7. Servez les boulettes sur un lit de purée de carottes.