

Frittatas à la carotte

Ingrédients:

1 carotte
15 tiges de ciboulette
5 oeufs
1 tasse de crème 35%
1/2 tasse de parmesan râpé
Chapelure italienne
Paprika
Sel, poivre au goût

Instructions:

- 1- Éplucher la carotte avec l'Éplucheur
- 2- Couper la carotte en grosses rondelles avec un **couteau Série universelle** et déposer les rondelles dans un **Hachoir Gagne-Temps**
- 3- Laver la ciboulette et l'essorer dans la passoire/essoreuse du **Rapido-Chef Pro**
- 4- Couper la ciboulette en 3 avec un **couteau Série universelle** et déposer dans le **Hachoir Gagne-Temps** avec les carottes
- 5- Hacher le tout
- 6- Mettre les oeufs, la crème, le parmesan, le sel et le poivre dans le **Batteur Gagne-Temps** et mélanger.
- 7- Mettre 8 **Ramequins** (ou 5 **petits friands**) dans la passoire inférieure de l'**Intelli-Vap**
- 8- Remplir les contenants à la moitié avec le mélange du **Batteur Gagne-Temps**.
- 9- Répartir également le mélange carottes/ciboulette sur le mélange d'oeuf
- 10- Répartir également le reste du mélange du **Batteur Gagne-Temps** sur le mélange carottes/ciboulette
- 11- Saupoudrer légèrement chaque contenant de chapelure italienne et de paprika
- 11- Mettre 400 ml d'eau froide dans le réservoir de l'**Intelli-Vap** et mettre la passoire inférieure de l'**Intelli-Vap** avec le couvercle sur le dessus
- 12- Cuire au micro-ondes 12 minutes à 80%.
- 13- Retirer les 8 **Ramequins** (ou 5 **petits friands**) de la passoire inférieure de l'**Intelli-Vap**, laisser reposer 10 minutes et servir.