

# GRILLADE MÉDITERRANÉENNE

*3 carottes en grosses rondelles  
400 g de courge muscade en gros dés  
400 g de haricots verts  
une poignée de lamelles végétaliennes (produit eger),  
ou de lamelles de seitan  
1 c. à s. de baies rouges  
sel-poivre  
1 c. à s. de condiment au basilic  
un peu d'huile d'olive*

*Dans une terrine, mélanger soigneusement tous les ingrédients.  
Chauffer le four à 200° et allumer la fonction grillade.*

*Verser la préparation sur la plaque à pâtisserie du four et faire griller les légumes pendant une bonne demi-heure, jusqu'à ce qu'ils soient un peu colorés.*

*Servir aussitôt.*