



Cuisine et
dépendances

Velouté à la courgette



Dès les premiers frimas, rien de tel qu'une soupe pour se réchauffer. Il me restait encore quelques légumes d'été et j' ai profité de ce qui était certainement les dernières courgettes pour concocter un bon velouté. Ce n'est pas le "vrai" velouté vu qu'il n'y a ni jaune d'œuf ni crème fraîche mais grâce au blendeur, on obtient une texture très lisse et onctueuse.

Ingrédients (pour 1 L de soupe) :

- 3 belles courgettes
- 1 oignon
- 300 g de pommes de terre à chair farineuse
- 1 bouillon cube de volaille
- sel poivre
- 1 bonne poignée de feuilles de basilic

Préparation :

Emincer l'oignon et faire suer l'oignon dans un faitout avec un peu d'eau. Ajouter les courgettes (avec leur peau) coupées en cubes. Faire revenir quelques minutes.

Ajouter 1 L d'eau, le bouillon cube et faire cuire 20 minutes à partir de l'ébullition. Ajouter le basilic en fin de cuisson.

Mixer la soupe après la cuisson.

Servir bien chaud.

Le 25 Octobre 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/10/25/index.html>