



SOUPE DE CAROTTES AU JUS D'ORANGE, CUMIN ET CORIANDRE

pour 4 personnes :

1 kg carottes des sables - 1 orange - 1l bouillon de volaille - 3 càs huile d'olive - 10cl crème liquide - 1 càc graines de cumin - 1 bqet de coriandre - 1 càs sucre en poudre - sel - poivre –

Râper le zeste de l'orange et en presser le jus. Eplucher les carottes et les râper. Chauffer 2 càs d'huile d'olive dans une sauteuse. Y mettre les carottes et les zestes de l'orange à revenir en remuant. Recouvrir avec le bouillon de volaille. Mélanger et laisser frémir à découvert 20 minutes. Mixer ou blender avec le jus de l'orange, la crème et la 3è càs d'huile d'olive. Saler, poivrer, ajouter les graines de cumin. Décorer de coriandre ciselée.