

Velouté de courgette

et carotte au kiri



Le velouté prêt à servir

TYPE
Soupes

RENDEMENT
2 L (8 portions)

PRÉP.
10 min

CUISSON
25 min

DIFFICULTÉ
● ● ●

COÛT
€ € €

MATÉRIEL
Mixeur

CONSERVATION
5 j. au frais · 1 an congelé

Ingédients

- 150 g d'oignon
- 3 gousses d'ail (facultatif)
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 300 g de carottes en dés
- 900 g de courgettes en dés
- 500 g d'eau
- 1 cube de bouillon de bœuf
- 1 cube de bouillon de légumes (ou 1 c. à café bombée en poudre)
- 2 pincées de sel
- 2 pincées de poivre moulu
- 3 portions de Kiri

Préparation

- 1 Éplucher l'oignon et l'ail, hacher l'oignon et réserver l'ail.
- 2 Éplucher les carottes et les couper en dés. Laver les courgettes, retirer les extrémités et les couper en dés.
- 3 Dans une casserole, faire chauffer une cuillerée à soupe d'huile d'olive, ajouter l'oignon, presser l'ail directement au-dessus de la casserole et faire revenir 3 minutes.
- 4 Ajouter les carottes, les courgettes, l'eau, les cubes de bouillon, le sel et le poivre. Porter à ébullition, puis couvrir et laisser mijoter 25 minutes.
- 5 Ajouter le fromage et mixer au bâton plongeur ou au mixeur jusqu'à obtenir un velouté lisse. Transvaser dans une soupière et servir sans tarder.

Astuces et variantes

Ce velouté se congèle très bien, je le congèle régulièrement.

Au réchauffage après congélation, lui donner un bon coup de fouet : sinon tout ne se remélange pas et il perd son onctuosité.

Mes notes

