

 Ce site utilise des cookies. En continuant à naviguer sur ce site, vous acceptez notre utilisation des cookies.

OK

VELOUTE DE BUTTERNUT



Ingrédients

1 courge butternut d'environ 1 kilo  
2 carottes  
2 oignons  
2 gousses d'ail  
1 cuillerée à soupe de curry  
huile d'olive ou moitié huile et beurre  
3 cuillerées à soupe de crème fraîche épaisse  
sel/poivre

Préparation

Pour 4 personnes  
Temps de préparation 15 minutes  
Temps de cuisson environ 30 minutes

Coupez les extrémités du butternut, le pelez, l'épépinez et le coupez en petits morceaux (il faut un bon couteau, car la tache est ardue, attention aux doigts).  
Epluchez et coupez les carottes en morceaux.  
Pelez et émincez les oignons, faites de même pour l'ail, le dégermez et le coupez finement.  
Dans une casserole, mettez l'huile ou moitié huile et beurre à chauffer, faites revenir légèrement les oignons et l'ail, ajoutez le butternut et les carottes.  
Couvrez d'eau à hauteur des légumes, ajoutez le cube de bouillon de volaille, le curry, salez et poivrez.  
Laissez mijoter environ 30 minutes.  
Vérifiez la cuisson des légumes avec la pointe d'un couteau.  
Mixez le velouté, moi j'utilise le blender, ne pas ajouter la totalité de l'eau, afin d'obtenir la consistance idéale.  
Ajoutez la crème fraîche, mélangez bien.  
Réctifiez l'assaisonnement si nécessaire.  
Servez le velouté bien chaud.

Commentaires



Excellent velouté, vous pouvez aussi le servir en entrée.  
La courge butternut, également appelée doubeurre, goût subtile, légèrement sucrée à la chair douce et onctueuse, en bouche c'est un bonheur de douceur.  
Idéale en soupe, velouté, purée et gratin et également pour les recettes sucrées

Ajouter un commentaire



Mentions légales