



Notre recette

Velouté de potimarron et carottes

(4 personnes)

Ingrédients :



600 g de
potimarron



3 carottes



1 oignon



1 gousse d'ail



2 c. à soupe
d'huile d'olive



Thym ou
herbes de Provence



Sel & poivre

Recette :

1

Épluchez et coupez le potimarron, les carottes et l'oignon en morceaux.

2

Faites revenir l'oignon et l'ail dans l'huile d'olive pendant quelques minutes.

3

Ajoutez les morceaux de potimarron et de carottes. Salez, poivrez et ajoutez le thym. Couvrez d'eau à hauteur.

4

Laissez cuire environ 20 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

5

Mixez le tout pour obtenir un velouté bien onctueux. Rectifiez l'assaisonnement et servez bien chaud.

