



Velouté de Potimarron aux Cerfeuil tubéreux

Ingrédients

- 1 potimarron
- 100 g de cerfeuil tubéreux
- 1/2 cuillère à café de coriandre en poudre

Préparation

- Lavez soigneusement le potimarron
- Coupez-le en deux, retirez les graines et coupez la chair en petits dés. Bonne nouvelle : il n'est pas nécessaire d'enlever la peau de cette courge !
- Pelez les cerfeuil tubéreux et rincez-les sous un filet d'eau froide
- Dans une grande casserole, versez les cubes de potimarron et les cerfeuil tubéreux
- Ajoutez un filet d'huile d'olive et faites revenir les légumes 5 min
- Ajoutez la coriandre en poudre, 30 cl d'eau et laissez cuire 30 min à couvert sur feu moyen
- Fixez finement les légumes dans un blender avec le jus de cuisson

Nota : Ajoutez un peu d'eau si nécessaire. Le blender lui donne une texture velouté sans ajout de crème fraîche. Elle est forte en goût, mais libre à vous d'en mettre une pincée de sel.