



VELOUTÉ DE CHOU-FLEUR



10 min.



20 min.



2 pers.



RÉALISÉ PAR

Dynaform Lausanne

Une petite sympathique soupe pour ces prochaines froides journées!

INGRÉDIENTS

- un chou fleur
- du curry
- de la ciboulette
- 1 petit oignon émincé
- 2 bonnes cuillères à soupe de ricotta ou de sérac
- Et à choix:
- des dés de jambon
- des champignons
- un féculent
- sel, poivre

MARCHE À SUIVRE

Précipiter vos bouquets de chou-fleur dans du bouillon.
Laisser mijoter 10 bonnes minutes et passer au mixeur.
Poivrer et selon votre créativité ajouter du curry, de la ciboulette etc.
Pour lui donner un goût onctueux et doux lui rajouter de la ricotta ou du sérac.
Cette soupe est idéale après un repas copieux le soir "juste" pour se réchauffer et combler l'éventuel petit creux ...

Bon appétit!

ASTUCES DU CHEF

Vous pouvez ajouter des champignons, un féculent comme des pommes de terre, du riz ou des lentilles !