



CREME DE POTIRON

Type : entrée

 50m

 4 pers.

 Facile



Baguette grise



Potiron Hokkaido



Pommes de terre



Oignon



Persil



Ail



Crème fraîche



Be-Farm



contact@be-farm.be



Bouillon



Noix de muscade



INGREDIENTS

- 1 Potiron Hokkaido
- Persil
- 1 pomme de terre
- Oignon
- Ail
- Noix de muscade
- 1L de bouillon de légumes (2 cubes dissous dans 1L d'eau très chaude)
- 1dl de crème fraîche
- 1 càs d'huile
- Sel
- Poivre

Certains ingrédients peuvent vous être fournis dans une quantité supérieure à celle nécessaire pour la préparation de la recette car il s'agit du conditionnement le plus proche proposé par notre producteur pour ce produit.



PREPARATION

- ① Au préalable : Émincez l'oignon et l'éclat d'ail. Pelez la pomme de terre et coupez-la en morceaux. Pelez le potiron, retirez-en les graines et les filaments blancs et coupez la chair en morceaux. Ciselez le persil.
- ② Faites chauffer 1 c. à soupe d'huile d'olive dans une casserole et faites-y revenir l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
- ③ Ajoutez les morceaux de potiron et de pomme de terre. Couvrez de bouillon de légumes. Épicez de noix muscade et faites mijoter à feu doux pendant 20 min.
- ④ Mixez le potage et intégrez-y la crème fraîche. Salez et poivrez.

CONSEIL : Pour peler facilement un potiron, coupez-le en morceaux et déposez ceux-ci dans un plat à four, côté peau au-dessus. Glissez le plat au four préchauffé à 200 °C durant 5 à 10