

MOUSSELINE DE POTIRON CAROTTES AU FROMAGE FRAIS

Granulométrie de purée lisse (PU4).

Image not found

https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/164/thumbnails/image164_potage_de_potiron_au_fromage_frais_texture.jpg



Temps de préparation : 15 min - Temps de cuisson : 20 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (2 personnes)

- 400g de potiron (frais ou surgelé en morceaux)
- 2 carottes (frais ou surgelées en morceaux)
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 1 oignon jaune
- 1 gousse d'ail
- 50cl d'eau
- 1/2 cube bouillon de volaille
- 60g de fromage frais (petit Suisse, fromage "à la grecque", fromage tartenable nature)

Préparation

Laver, parer les légumes et les couper en petits morceaux.

Dans une casserole huilée, cuire tous les ingrédients légumes et mouiller à hauteur avec l'eau salée. Faire cuire à frémissement pendant environ 20 min. Mixer et rectifier la texture au besoin si elle est trop épaisse.