

SOUPE DE FRAISES, BETTERAVES ET BASILIC

Granulométrie liquide (grade LQ3). L'acidulé des fraises et du lait fermenté se marie bien avec la betterave.

Image not found

https://vite-fait-bienfaits.fr/static/recipes/167/thumbnails/image167_soupe_de_fraises_betterave_et_basilic_texture.jpg

Temps de préparation : 5 min - Temps de cuisson : 0 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (2 personnes)

- 150g de fraises congelées
- 2 c. à c. de basilic séché
- 150g de betterave BIO cuite avec sa peau prête à l'emploi
- 2 c. à s. de lait fermenté (Laban, Raïb, lait Ribot, Airan, ...)
- 20cl d'eau

Préparation

Mixer tous les ingrédients. Servir frais.