

## VELOUTE DE CHOU FLEUR

---



Temps de préparation  
15 minutes

Temps de cuisson  
20 minutes

Ingrédients (3 à 4 personnes) :

- ½ chou fleur
- 1 pomme de terre
- 400 à 500 ml d'eau
- 1 bouillon cube de légumes
- Cumin – gingembre
- Sel, poivre
- 15 à 20 g de beurre
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche (facultatif)

Variantes :

1 bouillon cube de volaille (au lieu de légumes)

De l'origan

1. Détailler le chou-fleur
2. Mettre dans une casserole, le chou-fleur découpé « en fleurs », la pomme de terre, le bouillon cube, l'eau, le cumin et gingembre (et/ou origan) et le sel
3. Faire cuire jusqu'à ce que le tout soit cuit
4. Mixer le tout avec le beurre et la crème fraîche (facultatif)
5. Assaisonner avec du sel et du poivre