## Velouté épicé au maïs et au poivron rouge



## Pour 2-3 personnes:

- 1 oignon
- · 1 gousse d'ail
- 2 cs d'huile d'olive
- 1 carotte
- 1 blanc de poireau
- 50 cl de bouillon de légumes (reconstitué avec un cube, pour ma part)
- 1 poivron rouge
- 125 g de maïs en conserve (égoutté)
- 1/2 cc rase de curry
- 1/2 cc rase de cumin
- 2 pincées de muscade
- 2 pincées de curcuma
- · Sel et poivre du moulin

## **Version casserole:**

Dans une casserole, faire revenir l'oignon et l'ail émincés dans l'huile d'olive. Ajouter la carotte taillés en petits dés et laisser dorer légèrement. Verser le bouillon de légumes.

Ajouter le poireau en rondelles, le poivron pelé et émincé ainsi que le maïs rincé. Saupoudrer les épices et laisser cuire environ 20 min.

Lorsque les légumes sont tendres, mixer finement (rajouter un peu d'eau si nécessaire) et vérifier l'assaisonnement.

## **Version thermomix:**

Mettre l'oignon coupé en 4, la gousse d'ail dégermée, la carotte et le poireau en grosses rondelles dans le bol du robot. Mixer quelques secondes à vitesse 5. Ajouter ensuite l'huile d'olive et programmer 5 min à 100°, vitesse2.

Ajouter le reste des ingrédients puis régler 20 min à 100°, vitesse 2.

A la sonnerie, mixer environ 1 min à vitesse 10.



http://quandnadcuisine.over-blog.com/