

SOUPE, POIREAUX, POMMES DE TERRE, CAROTTES, CELERI en branche



Pour mon Coup de Cœur du dimanche, une recette de Gérald

La cuisine de Gérald

Ingrédients :

- 300 g de carottes
- 300 g de pommes de terre
- 400 g de poireaux
- 200 g d'oignons
- 50 g de céleri en branche pelée
- 5 g d'huile d'olives
- 1 cube bouillon de légumes bio
- Gros Sel de Guérande et poivre du moulin
- 500 g + d'eau
- quelques billes apéritives oignons

Préparation:

- Éplucher tous les légumes, les tailler en forme égales.
- Mettre dans le bol, les oignons coupés en deux puis mixer 5 secondes à vitesse 5
- A l'arrêt de la minuterie, racler les bords à l'aide d'une spatule puis ajouter l'huile d'olive et les poireaux et faire revenir 10 minutes à 100° vitesse mijotage
- Ajouter ensuite 500 g d'eau, puis les carottes, le céleri, les pommes de terre, le sel, le poivre et laisser cuire 23 minutes à 100° vitesse 1
- A l'arrêt de la minuterie, vérifier la cuisson et l'assaisonnement, ajouter 250 g d'eau puis mixer 30 secondes à vitesse 10
- Servir dans des bols en ajoutant quelques billes apéritives oignons

THERMOMINOUX 2013

<http://thermominoux.over-blog.com>