

VELOUTE DE CHOUCOU



Ingrédients :

- 60 g d'oignon
- 1 c à c d'ail hachée
- 5 g d'huile d'olive
- 200 g de pomme de terre
- 1kg de chou chou
- 300 g d'eau
- 1 c à c de sel

Préparation :

- mettre dans le bol, l'oignon coupé en deux et mixer 5 secondes à vitesse 5
- à l'arrêt de la minuterie, ajouter l'ail et l'huile d'olive et programmer 4 minutes à 100° vitesse 1
- puis, ajouter les choux choux et les pommes de terre pelées et coupées en morceaux ainsi que l'eau et le sel et cuire 20 minutes à 100° à vitesse 1
- à l'arrêt de la minuterie, racler les bords à l'aide d'une spatule puis mixer 1 minute à vitesse 10

THERMOMINOUX 2014

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