

Soupe butternut, cannelle et patate douce

Ingrédients / pour 6 personnes :

- 1 Butternut
- 1 Patate douce
- 3 Pommes de terre
- 1 Oignon blanc
- Poivre et sel
- Paprika et curry
- un peu de cannelle



Préparation :

Peler la patate douce, les pommes de terre, la butternut puis les couper en morceaux grossiers.

Faire revenir dans la marmite l'oignon préalablement émincé avec un peu d'huile d'olive.

Quand l'oignon a bien coloré, ajouter 1 litre d'eau et faire chauffer à feu fort.

Ajouter les morceaux de patate douce, les pommes de terre et le butternut puis saler et poivrer.

Ajouter le paprika, le curry et la cannelle. Il faut que les légumes soient juste recouverts d'eau.

Bien mélanger et laisser cuire.

Quand les légumes sont cuits, couper le feu puis mixer la soupe jusqu'à obtention d'un mélange bien lisse et homogène.

Pour la décoration : servir la soupe dans des bols puis ajouter par-dessus une pincée de cannelle et pourquoi pas quelques petits croustons préalablement passés au four.

Soupe poireaux, tomates, pommes de terre

Ingrédients / pour 6 personnes

- 2 tomates
- 2 pommes de terre
- 2 blancs de poireaux
- 1 oignon
- 1 bouillon de bœuf
- 2 cuillères à soupe de crème épaisse
- 2 cuillères à café de double concentré de tomates
- De l'eau, sel et poivre
- Poivre



Préparation :

Lavez tous vos légumes et coupez les tomates en petits quartiers, les pommes de terre en morceaux et les poireaux en rondelles.

Pelez et émincez l'oignon puis faites-le revenir avec un peu de beurre dans une casserole.

Ajoutez les blancs de poireaux et faites revenir ensemble avec l'oignon.

Place ensuite aux tomates et aux pommes de terre. Couvrez d'eau et ajoutez le bouillon de bœuf, la crème épaisse ainsi que le concentré de tomates. Salez, poivrez.

Mélangez et laissez cuire sur feu moyen à couvert jusqu'à ce que les légumes soient bien tendres.

A la fin de la cuisson, passez le tout au robot-mixeur.

A servir et à déguster chaud. Si vous le voulez, vous pouvez saupoudrer de noix de muscade