



Velouté de carottes jaunes au cumin

Recette pour 4 personnes. Préparation : 15 min. Cuisson : 15 min. Frais : 1h.

Ingrédients

Carottes jaunes : 500 g
Oignon : 1
Eau minérale : 40 cl
Bouillon huile d'olive-basilic : 1 cube déshydraté
Huile d'olive : 5 cl
Jus de citron : 1/2
Jus d'orange : 1/2
Cumin en poudre : une bonne pincée
Sel, poivre

Matériel

un couteau économe
un couteau
une cocotte minute
un mixer



Réalisation

1. Peler les carottes et les couper en rondelles. Faire de même avec l'oignon. Préparer de l'eau au fond de la cocotte-minute.
2. Faire cuire ces rondelles de carottes sous pression durant 15 minutes environ.
3. Préparer le bouillon avec l'eau et le cube déshydraté.
4. Mixer ensuite ces carottes avec le bouillon, l'huile d'olive, les jus de citron et d'orange et le cumin en poudre. Assaisonner éventuellement avec sel et poivre.
- vous pouvez rallonger ce velouté avec de l'eau supplémentaire ou un peu de crème liquide pour un velouté plus onctueux -
5. Servir aussitôt bien chaud ou bien laisser tiédir avant de mettre au frais au moins 1 heure.

Pure gourmandise

La gourmandise est un joli défaut.

www.PureGourmandise.com