

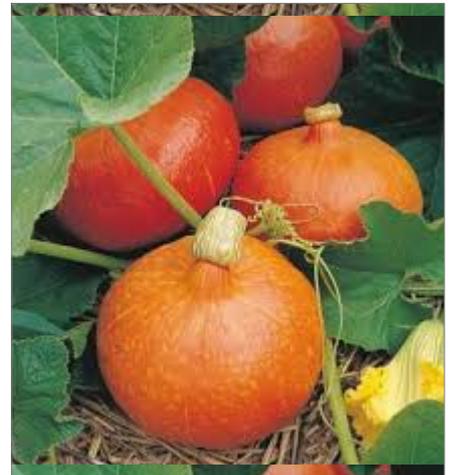
Velouté de courge aux épices



Ingrédients

pour 4 personnes

- 800 g de chair de courge
- 2 pommes de terre moyennes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 10 cl de crème fleurette
- 25 cl de lait ou crème coco
- 50 à 75 cl d'eau
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- garam massala ou épices que vous aimez
- curry
- sel -poivre



- Éplucher et émincer l'ail et les oignons.

- Peler la courge, inutile si vous vous servez de potimarron ou de butternut

- Dans une cocotte, faire revenir les oignons et l'ail dans l'huile pendant quelques minutes, jusqu'à ce que les oignons soient translucides.

- Ajouter la chair de la courge et les pommes de terre, puis l'eau et saler (la chair de la courge contient de l'eau, il n'est pas donc nécessaire que les morceaux soient recouverts par l'eau de cuisson, mais il faudra mélanger une ou deux fois pendant la cuisson).

- poivrer et ajouter les épices

- Porter à ébullition puis réduire le feu et laisser cuire jusqu'à ce que la chair de la courge soit tendre (environ 20 minutes).

- Mixer finement. Ajouter de l'eau jusqu'à obtenir la consistance idéale.

Pour finir

Ajouter les crèmes

