

## CAPUCCIO AUX CAROTTES



### Ingrédients (pour 1 l environ):

- 1/2 c à soupe de beurre
- 1 oignon finement hâché
- 400 g de carottes
- 1 c à café de sel
- 60 cl d'eau
- 5 cl de Noilly-Prat (vermouth blanc sec)
- 1 brin d'aneth
  
- 1 c à soupe de Noilly-Prat
- Sel, poivre
  
- 150 g de yaourt grec nature
- 5 cl de lait
- 2 c à café d'aneth finement hâché

Chauffer le beurre et y faire suer l'oignon. Ajouter les carottes coupées en petits morceaux, faire suer et saler. Verser l'eau et le Noilly-Prat, porter à ébullition, ajouter le brin d'aneth. Laisser mijoter à petit feu environ 20 mn à couvert. Retirer l'aneth. Mixer et assaisonner.

Dans un bol doseur, faire mousser le yaourt avec le lait et l'aneth hâché à l'aide du mixer plongeant. Répartir la soupe dans de petits verres préchauffés. Décorer avec la mousse au yaourt.

### Suggestion

Remplacer la mousse au yaourt par la préparation suivante :

#### Ingrédients :

- 40 g de chapelure
- 30 g de noix de cajou hâchées grossièrement
- 60 g de parmesan râpé
- persil ciselé
- zeste râpé de citron bio

Faire griller la chapelure et les noix à sec dans une poêle antiadhésive. Refroidir dans un bol. Incorporer parmesan, persil et zeste. Répartir sur la soupe.

