



Soupes

Soupe de patates douces au gingembre

Pour 4 personnes.

Ingrédients

500 grammes de patates douces
500 grammes de carottes
2 oignons
2 gousses d'ail
1 cuillère à soupe huile de tournesol
1 litre de bouillon de légumes
2 centimètres de gingembre (râpé)
1 cuillère à café de curry en poudre
1 cuillère à café de curcuma
poivre
sel

Méthode de préparation

Coupez les oignons et l'ail en petits morceaux. Coupez en dés les pommes de terre douces et les carottes. Faites revenir l'oignon et l'ail dans l'huile de tournesol. Après 3 minutes ajoutez les autres légumes et assaisonnez avec le gingembre râpé, le curry, le curcuma, le poivre et le sel.

Déglacez avec le bouillon et laissez mijoter à feu doux pendant 20 minutes. Mixez enfin la soupe et ajoutez éventuellement un filet de crème quand vous servez.

