



Soupes

Potage au chou-rave aux amandes

Pour 4 personnes.

Ingrédients

1 litre de bouillon de légumes
2 carottes (coupées gros)
1 chou-rave (coupé gros)
75 grammes d'amandes
1 gousse d'ail (pressée)
1 oignon (coupé gros)
6 branches de thym (+ supplément)
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Chauffez un peu d'huile d'olive dans une grande casserole. Faites-y revenir l'oignon. Ajoutez l'ail et mélangez. Augmentez un peu le feu et ajoutez le chou-rave et les carottes. Faites un peu mijoter en remuant.

Versez le bouillon. Ajoutez aussi les amandes et les feuilles de thym. Portez à ébullition et faites mijoter doucement durant 25 minutes.

Passez la soupe au mixeur puis salez et poivrez. Servez avec un peu de thym supplémentaire ou d'autres fines herbes fraîches.

Conseil:

Les fruits secs dans cette recette sont utilisés pour remplacer la crème. Ils rendent votre soupe délicieusement riche, crémeuse et nourrissante!

Ustensiles de cuisine

Mixeur

