



anou <http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

. Velouté de potimarron .



Ingrédients pour 1 personne :

- 1 cœur de bouillon
- 1 oignon
- 1 pomme de terre
- 1 potimarron de 500 g
- 10 marrons épluchés et crus
- 5 cl de crème liquide
- Sel, poivre

- Laver et couper un chapeau sur le dessus de la courge. Épépiner. Préparer la pomme de terre et l'oignon
- Récupérer le plus de chair possible en prenant garde de ne pas abimer le légume qui servira de récipient
- Dans une casserole trouée cuire à la vapeur à couvert 15 minutes tous les ingrédients (sans le bouillon)
- Au bout de 15 minutes retirer la courge en grattant légèrement pour récupérer encore un peu de chair
- Placer la chair de potimarron, l'oignon, la pomme de terre détaillée, le bouillon et les marrons dans l'eau bouillante
- Continuer la cuisson 10 minutes. Réserver une majorité du jus. Mixer les légumes
- Ajouter le jus de cuisson au besoin pour rendre la purée plus fluide, mixer jusqu'à la texture voulue
- Verser la préparation dans la courge. Ajouter un filet de crème liquide par-dessus. Servir chaud

Astuces :

- Au besoin placer la courge dans un plat à gratin et enfourner à 180°C th. 6 pendant 10-15 minutes pour réchauffer
- Décorer avec des marrons et les pépins de la courge légèrement colorés dans une poêle non graissée

