



Soupes chaudes

Potage crécy crème avruga et raifort



40 min 15 min 25 min

0

527

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

REPOS

CALORIES

Étape 1

Epluchage et taille des carottes

- 1 Eplucher les carottes à l'aide d'un économe.
- 2 Couper les deux extrémités des carottes à l'aide d'un couteau éminceur.

CUISSON

- 3 Détailler les carottes en rondelles. Réserver.
- 4 Couper la croute du pain de mie puis le tailler en petits dés. Réserver.

Étape 2

Cuisson des carottes et des croûtons.

- 1 Mettre les carottes dans une casserole.
- les mouiller à hauteur avec de l'eau froide.
- 3 Saler les carottes en fin de cuisson pour éviter une réduction excessive d'eau et une concentration du sel.
- 4 Laisser cuire à feu moyen et à couvert pendant 20-25 minutes.
- 5 Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle à feu vif.
- 6 Pour vérifier la température de l'huile, jeter un crouton dans la poêle.
- 7 Quand l'huile est bien chaude, verser les croûtons et

Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédients pour le potage

500 g Carotte(s)

80 g Beurre

20 cl Crème fraîche épaisse

25 q Avruga

1 c. à café Raifort

0.5 botte(s) Ciboulette

4 tranche(s) Pain de mie

4 c. à soupe Huile d'olive

- remuer en permanence pour les dorer sur toutes les faces.
- Quand les croutons sont bien dorés, les débarrasser sur une assiette recouverte de papier sulfurisé et les saler.
- yérifier la cuisson des carottes en les piquant avec le pointe d'un couteau. Celle-ci ne doit pas rencontrer de résistance.

Étape 3

Mixage du potage.

- Verser le potage dans un bec verseur et les mixer à l'aide d'un mixeur plongeant.
- Ajouter le beurre et mixer à nouveau.
- 3 Assaisonner de sel et vérifier la consistance du potage.
- Si le potage est trop épais, ajouter de l'eau et mixer pour obtenir une consistance veloutée, ni trop aqueuse ni trop épaisse.

Étape 4

Préparation de la crème d'avruga et raifort

- Ciseler finement la ciboulette à l'aide d'un couteau éminceur.
- Incorporer la ciboulette dans la crème épaisse.
- Ajouter le raifort, poivrer et mélanger.
- Il est important de mélanger ces ingrédients moins fragiles avant d'ajouter l'avruga qui demandera une incorporation pus délicate.
- 5 Ajouter l'avruga et mélanger délicatement.

Étape 5

Dressage

- Verser le potage dans une assiette creuse à l'aide d'une louche.
- Pour réussir ses quenelles, placer deux cuillères dans l'eau tiède avant de les façonner pour éviter que la préparation n'accroche à l'ustensile.
- Façonner des quenelles avec la crème d'avruga et raifort à l'aide de deux cuillères.
- 4 Déposer la quenelle sur le potage.
- Parsemer de crouton et décorer avec quelques brins de ciboulettes et un filet d'huile d'olive.