

*Soupes chaudes*

# Velouté de navets au roquefort



**30 min** **15 min** **15 min**      **0**      **384**  
 TEMPS TOTAL   PRÉPARATION   CUISSON      REPOS      CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Velouté

300 g **Navet**  
 50 g **Roquefort**  
 1 **Poivre**  
 1 **Gros sel**  
 1 **Persil frisé**

### Béchamel

20 g **Beurre**  
 20 g **Farine**  
 25 cl **Lait concentré sucré, entier**

## Étape 1

Préparation et cuisson des navets

- 1 Avec un économiseur, éplucher les navets.
- 2 Parer les extrémités des navets avec un couteau éminceur, les couper en deux puis les tailler en lamelles.
- 3 Porter une grande casserole remplie d'eau à ébullition et ajouter du gros sel.
- 4 A ébullition, plonger les navets dans l'eau et laisser cuire à feu moyen jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
- 5 Si les navets sont légèrement trop cuits, ce n'est pas important car ils vont être mixés.
- 6 Plus les morceaux de navet sont petits, plus ils vont cuire rapidement.

## Étape 2

Réalisation de la sauce béchamel

- 1 Dans une casserole, faire fondre le beurre en remuant au fouet. Ajouter la farine et mélanger afin d'obtenir un roux blanc.
- 2 Une fois le roux bien chaud, ajouter progressivement le lait. Mélanger constamment au fouet.
- 3 Il est important d'ajouter le lait progressivement de

manière à ce que le roux l'absorbe.

- 4 Une fois la bonne consistance obtenue, ajouter le roquefort et mélanger. Réserver quelques morceaux de roquefort pour le dressage.
- 5 Tester la cuisson des navets : planter la pointe d'un couteau, s'il n'y a aucune résistance, ils sont cuits.

### **Étape 3**

#### Mixage et dressage du velouté

- 1 Verser les navets puis le velouté dans le bol du blender.
- 2 Ajouter un peu de poivre blanc et mixer le tout pour obtenir une préparation lisse et homogène.
- 3 Bien racler les bords à la maryse et mixer de nouveau.
- 4 Servir le velouté dans des bols, ajouter quelques petits dés de roquefort sur le dessus et quelques pluches de persil. Servir aussitôt.