Madame Mercotte

Soupes froides

Soupe froide de fenouil

10 min	10 min	0	0	89
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

- 3 **Fenouil(s)**
- 4 **Yaourt**
- 2 goutte(s) **Huile essentielle d'anis étoilé**
- 1 pincée(s) **Curry**
- 1 **Piment d'Espelette**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**
- 1 **Aneth**

Étape 1

Préparation du fenouil

1. Ôter les tiges et le talon du fenouil au couteau.
2. Enlever également les premières feuilles, bien trop dures et filandreuses.
3. Utiliser ces feuilles pour les cuire en potage ou en purée, en ôtant les filaments au chinois avant de servir.
4. Tailler le fenouil en morceaux, les déposer dans un blender.
5. Ajouter le yaourt brassé, du sel, du poivre, du curry, du piment d'Espelette et quelques gouttes d'huile essentielle d'anis.
6. Mixer le tout jusqu'à obtenir un mélange homogène.

Étape 2

Dressage

1. Verser la soupe dans des bols et décorer de quelques pluches d'aneth.