



*Soupes chaudes*

## Soupe de légumes d'or



**30 min** 10 min 20 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

**0**

REPOS

**17**

CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

120 g **Carotte(s)**  
120 g **Potiron(s)**  
50 cl **Bouillon de légumes**  
1 **Poivre**  
1 **Sel**

### Étape 1

Préparation de la soupe de légumes

- 1 Peler puis couper en morceaux la carotte et le potiron. Certains légumes, surtout quand ils sont nouveaux, peuvent être utilisés sans être épluchés. Il suffit alors de bien les laver en les frottant.
- 2 Mettre le bouillon de légumes dans une casserole, puis le porter à ébullition. Y ajouter alors les légumes et laisser cuire à petits bouillons pendant une vingtaine de minutes.
- 3 Verser les légumes dans une passoire en réservant le bouillon de cuisson.
- 4 Mettre les légumes dans le mixeur et mixer le tout. Une fois une pâte grossière obtenue, ajouter du bouillon au goût, environ la moitié, jusqu'à obtenir la consistance désirée. On peut choisir un velouté très lisse ou au contraire d'arrêter de mixer assez rapidement et obtenir ainsi une soupe plus rustique et plus croquante.

### Étape 2

Dressage

- 1 Saler et poivrer si nécessaire et servir dans des petits bols.