

Soupes chaudes

Velouté de légumes de mon amatxi



45 min **15 min** **30 min** **0** **195**
 TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le velouté

200 g **Potiron(s)**
 200 g **Pomme(s) de terre**
 200 g **Carotte(s)**
 200 g **Céleri-Rave**
 100 g **Poitrine de porc**
 1 **Céleri-Branche**
 1 **Oignon(s)**
 1 litre(s) **Eau**
 20 g **Beurre**
 4 branche(s) **Thym**
 1 **Huile d'olive**
 1 **Sel**

Étape 1

Préparation des légumes

- 1 Éplucher les carottes à l'aide d'un économe, couper les extrémités puis les émincer en paysanne à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Tailler en paysanne signifie couper les légumes grossièrement.
- 3 Débarrasser les carottes dans un saladier.
- 4 Éplucher l'oignon à l'aide d'un couteau d'office puis l'émincer grossièrement à l'aide d'un couteau éminceur.
- 5 Réserver les oignons coupés avec les carottes.
- 6 Ôter tous les petits cartilages de la poitrine de porc à l'aide d'un couteau d'office.
- 7 Enlever ensuite la couenne à l'aide d'un couteau d'office puis détailler la poitrine en petits cubes à l'aide d'un couteau éminceur.
- 8 Réserver les cubes de poitrine dans le saladier avec la carotte et l'oignon.
- 9 Éplucher le céleri-rave à l'aide d'un économe puis l'émincer en petits cubes à l'aide d'un couteau éminceur et réserver dans un saladier à part.
- 10 Éplucher le potiron à l'aide d'un économe puis l'émincer

en cubes de la même taille que le céleri-rave pour une cuisson uniforme.

- 11 Débarrasser les cubes de potiron dans le saladier avec le céleri-rave.
- 12 Couper le céleri-branche préalablement lavé en deux et réserver avec le potiron et le céleri-rave.
- 13 Éplucher les pommes de terre à l'aide d'un économe puis les émincer en cubes à l'aide d'un couteau éminceur.
- 14 Réserver les pommes de terre avec les céleris et le potiron.

Étape 2

Cuisson du velouté

- 1 Faire chauffer une cocotte sur feu vif avec de l'huile d'olive.
- 2 Déposer les oignons, la poitrine de porc et les carottes puis les faire colorer en remuant à l'aide d'une spatule.
- 3 La coloration des légumes est importante car elle permet de développer les saveurs.
- 4 Verser l'eau dans la cocotte puis porter à ébullition et assaisonner avec du sel.
- 5 Déposer ensuite le reste des légumes dans la cocotte et remuer.
- 6 Laisser cuire environ 10 minutes après la reprise de l'ébullition.
- 7 C'est la cuisson de la pomme de terre qui permet de savoir si la soupe est cuite.
- 8 Vérifier la cuisson des pommes de terre à l'aide de la pointe d'un couteau. Si la lame ne rencontre aucune résistance alors elles sont cuites.
- 9 Ôter la casserole du feu et déposer les légumes dans le bol d'un blender à l'aide d'une écumoire.
- 10 Verser le liquide de cuisson puis mixer le tout finement.
- 11 Bien tenir le couvercle du blender à l'aide d'un torchon car le liquide est bouillant.
- 12 Stopper le blender quand la soupe est à consistance désirée.

Étape 3

Dressage

- 1 Verser la soupe dans des bols puis ajouter une branche de thym et le beurre en morceaux.
- 2 Servir aussitôt.