



*Soupes chaudes*

# Crème de maïs à la cubaine



**30 min 15 min 15 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

**0**

REPOS

**236**

CALORIES

Ingrédients  
pour **6** personnes

## Ingrédients pour la crème de maïs

75 cl **Bouillon de volaille**  
50 cl **Lait demi-écrémé**  
700 g **Grains de maïs**  
1 **Oignon(s)**  
2 c. à soupe **Maïzena**  
3 c. à soupe **Huile d'olive**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

## Étape 1

### Préparation de la crème de maïs

- 1 Eplucher l'oignon à l'aide d'un couteau d'office et l'émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Faire chauffer l'huile d'olive dans une casserole et y faire dorer l'oignon.
- 3 Ajouter les grains de maïs et poursuivre la cuisson 5 minutes.
- 4 Verser le tout dans le bol d'un robot puis ajouter le lait et la maïzena et mixer jusqu'à obtention d'une crème lisse et homogène.
- 5 Passer la crème dans chinois puis la verser dans la casserole.
- 6 Verser le bouillon de volaille et rectifier l'assaisonnement si besoin avec du sel et du poivre.
- 7 Faire mijoter la crème sur feu doux pendant une dizaine de minutes en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois.

## Étape 2

### Dressage

- 1 Ôter la casserole du feu, saupoudrer de poivre et servir

tel quel ou dans un plat de service.