Soupes chaudes

Crème de maïs à la cubaine

30 min	15 min	15 min	0	236
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	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 reverser 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.