



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Collège Jean Dieuzaide
Pechbonnieu



Velouté de l'automne

- 1 courge butternut (environ 1 kg)
- 200 g de châtaignes
- 2 gousses d'ail
- 1 oignon
- 1 litre de bouillon de légumes
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 100 ml de crème fraîche épaisse
- Sel et poivre
- Noix de muscade (facultatif)
- Quelques châtaignes entières pour la décoration (facultatif)
- 4 Tranches de pain de miel

Préparation

- Épluchez et coupez la courge butternut en dés. Retirez les graines.
- Émincez l'oignon et hachez les gousses d'ail.

- Cuisson :

- Dans une grande casserole, faites chauffer l'huile d'olive à feu moyen.
- Ajoutez l'oignon et faites-le revenir jusqu'à ce qu'il soit translucide.
- Ajoutez l'ail et faites cuire encore 1 à 2 minutes.
- Ajouter la courge et les châtaignes :
- Incorporez les dés de butternut et les châtaignes. Mélangez bien.
- Versez le bouillon de légumes et portez à ébullition.
- Réduisez le feu et laissez mijoter pendant environ 20 minutes, jusqu'à ce que la courge soit tendre.
- Une fois la courge cuite, utilisez un mixeur plongeant pour réduire la soupe en velouté, crémer.
- Goûtez et ajustez le sel, le poivre et éventuellement un peu de noix de muscade selon vos préférences

Servez chaud, décorer de quelques morceaux de châtaignes et le pain de miel.

*Bon appétit,
Cheffe Emilie,*