

Soupe

Préparation :

15 min

Cuisson: 50 min

Niveau: 

Ingrédients:

Pour 6 personnes:

- 1 pincée de safran
- 100 g d'oignons hachés
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 800 g de panais épluchés et coupés en morceaux
- 250 g de pommes épluchées et coupées en morceaux
- 2 cuillères à café de cumin
- sel, poivre



Velouté Pommes-Panais

Mettez le safran dans 2 cuillères à soupe d'eau chaude. Laissez reposer.

Dans une cocotte, faites suer les oignons dans l'huile d'olive, ajoutez les panais.

Cuisez encore quelques minutes puis versez 1 litre d'eau.

Cuisez 30 min puis ajoutez les pommes et poursuivez la cuisson 10 min.

Hors du feu, mixez la soupe, ajoutez l'eau safranée, un peu d'eau si le mélange est trop épais, ainsi que le cumin. Salez et poivrez.

Servez la soupe bien chaude.



Suggestion de présentation

the
peas
green food