

PURÉE D'HIVER DOUCEUR : BUTTERNUT, CAROTTE, PANAIS

INGRÉDIENTS : Pour 2 personnes, 2 carottes, 130g de panais, 200g de courge butternut.

Coupez tous les légumes en dés, faites-les cuire à l'étouffée pendant 10 minutes dans un fait-tout avec fond d'eau. A l'aide d'un mixeur plongeur mixez les légumes jusqu'à obtenir une purée.

Personnellement j'aime la purée très lisse, ressemblant presque à un velouté, c'est pourquoi je rajoute un peu d'eau pour obtenir une texture bien homogène et sans grumeaux. De même, je n'ajoute pas de crème ni de beurre car je trouve que les légumes se suffisent largement à eux-mêmes.

2 personnes



Graines & Epices

