

Velouté de courgettes au basilic

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1kg de courgettes
- 1 gros oignon
- 1 pomme de terre
- 2 gousses d'ail
- 1 petit bouquet de basilic
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- sel
- poivre du moulin

Préparation :

Laver et éplucher les courgettes et l'oignon. Effeuillez le basilic et pelez les gousses d'ail

Cuisson :

Dans une grande casserole, faire revenir l'oignon dans l'huile d'olive. Quand l'oignon est translucide, ajouter les courgettes et la pomme de terre. Faire revenir ensemble, en remuant, pendant 5 minutes.

Couvrir avec 30 cl d'eau, saler et ajouter les gousses d'ail et le basilic. Laisser cuire à couvert pendant 20 à 30 minutes.

Texturer :

Mixer le velouté. Poivrer légèrement.

Service : Chaud ou froid.

Pour varier

Cette recette est une base qui peut être complétée d'autres légumes de saison, de crème fraîche, bouillon de légumes, d'épices, d'un fromage frais de chèvre, etc.

Bon appétit !