

## Soupe de fanes de carottes

---

### Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 botte de fanes de carottes
- 1 grosse pomme de terre
- 1 carotte
- 1 oignon
- bouillon de légumes
- 1 litre d'eau
- huile d'olive
- sel, poivre

**Ne jetez plus les fanes de vos radis, carottes, navets... Cuisinez-les en soupe ou comme les épinards.**

### Préparation :

Laver les fanes de carottes et les couper très grossièrement, sans garder trop de tiges, qui restent filandreuses. Laver et éplucher la pomme de terre, la carotte et l'oignon. Couper les légumes en petits morceaux.

### Cuisson :

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

Couvrir d'un litre d'eau avec le bouillon de légumes, saler et laisser cuire à couvert pendant 20 à 30 minutes, jusqu'à ce que les pommes de terres soient bien tendres.

### Texturer :

Mixer grossièrement ou finement, selon la consistance désirée. Filtrer si ça reste trop filandreux.

Service : Chaud.

### Pour varier

Cette recette peut être complétée d'autres légumes, de crème fraîche, bouillon de volaille, d'épices, d'un fromage aux fines herbes pour en faire un onctueux velouté, etc.

**Bon appétit !**