

Potage de potiron aux fines herbes

Ingrédients (4 à 6 personnes)

- 500g de potiron
- 1/4 de céleri-rave
- 1 poivron rouge
- 1 éclat d'ail
- 1 oignon
- 1 cube de bouillon de légumes
- 1 à 2 dl de lait
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- épices :
 - 1/2 c. à café de thym
 - 1/2 c. à café de basilic
 - 1 pointe de couteau de poivre de Cayenne
 - sel et poivre
- 1 feuille de laurier
- 1 branche de persil frais

Pour les croûtons aux fines herbes :

- 4 tranches de pain demi-gris
- 2 c. à café d'huile d'olive
- 1/2 c. à café de thym
- 1/2 c. à café de paprika
- 1/2 c. à café de basilic

• Préparation

- Emincez finement l'éclat d'ail.
- Emincez finement l'oignon.
- Hachez finement le persil.
- Pelez et épépinez le potiron. Détaillez la chair en dés.
- Retirez les graines et les filaments blancs du poivron rouge et détailllez-le en dés.
- Pelez le céleri-rave et coupez la chair en dés.
- Coupez le pain en dés.

• Cuisson

- Faites revenir l'oignon émincé dans 1 c. à soupe d'huile d'olive, pendant une minute. Ajoutez les dés de potiron et de céleri-rave, la feuille de laurier, les dés de poivron rouge, 1/2 c. à café de thym, 1/2 c. à café de basilic, 1 pointe de couteau de poivre de Cayenne, le cube de bouillon et 7 dl d'eau. Couvrez et laissez bouillir pendant une 12 min. à feu doux.
- Retirez la feuille de laurier.
- Mixez le potage et ajoutez 2 dl de lait (ou plus, selon votre goût). Salez et poivrez et laissez encore un peu chauffer.
- Faites cuire 2 c. à soupe d'huile d'olive dans une poêle. Ajoutez les dés de pain et mélangez rapidement de façon à ce qu'ils s'imbibent tous d'un peu d'huile. Faites les cuire pendant 3 min. tout en remuant, jusqu'à ce qu'ils obtiennent une belle couleur dorée.
- Epicez d'1/2 c. à café de thym, d'1/2 c. à café de paprika, d'1/2 c. à café de basilic et poursuivez la cuisson pendant 1 min., tout en remuant. Salez et poivrez les croûtons.

• Présentation

Décorez le potage de persil finement haché et servez avec les croûtons aux fines herbes.

• Variantes

Pour un potage festif, vous pouvez remplacer les croûtons par des lanières de saumon fumé, des crevettes ou des lamelles de jambon cru préalablement poêlé.

