

Potage de panais et carottes au curry

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 500 g de panais
- 4 carottes
- 1 oignon
- 1 c. à soupe d'huile ou de beurre
- 1 cube de bouillon (légumes ou volaille)
- 1 c. à café de curry en poudre
- sel et poivre
- déco : persil ou coriandre frais

Préparation

- Pelez les panais et les carottes puis détaillez-les en morceaux.
- Epluchez et coupez l'oignon en morceaux.

Cuisson

- Faites chauffer l'huile (ou le beurre) dans une grande casserole puis faites suer* l'oignon.
- Ajoutez les morceaux de carottes et de panais et le curry en poudre et faites suer à nouveau à feu doux pendant 2-3 min.
- Faites bouillir de l'eau et recouvrez-en les légumes (pour que l'eau dépasse les légumes d'1 cm ou 2). Ajoutez le cube de bouillon.
- Laissez mijoter environ 30 minutes.
- Mixez le tout. Ajoutez un peu d'eau si nécessaire.
- Servez dans des bols en décorant de persil frais ou de coriandre fraîche.

*suer : cuire un légume taillé dans un corps gras et à feu doux en évitant toute coloration pour éliminer en partie ou complètement son eau de végétation.

