

BLESOTTO COURGETTE CHORIZO

Ingrédients (pour 3 pers) :

1 oignon
200g de blé
1/2 courgette (mis courgette entière)
5cm de chorizo doux en bâton (mis le double)
sel/poivre
1 cuillère à café de curcuma (remplacé par du curry)
1 cuillère à soupe de crème fraîche
3 cuillères à soupe de parmesan râpé

700g d'eau
40g d'huile d'olive
un cube de bouillon

Préparation :

Éplucher l'oignon.

METTRE l'oignon coupé en deux dans le bol du thermomix et mixer 5 secondes / vitesse 5.
AJOUTER l'huile et programmer 3mn / 100° / vit. 1.

Pendant ce temps, DECOUPER le chorizo en lamelles.

NETTOYER et découper la courgette en dés.

A la sonnerie, AJOUTER l'eau, sel, poivre, le blé, la courgette, le chorizo et le curcuma et REGLER 20mn / 100° / sens inverse / fonction mijotage.

Une fois le tout cuit, EGOUTTER le contenu du bol et verser l'ensemble dans un saladier de service.

Ou Remettre la préparation dans le bol du thermomix et METTRE la crème dans le bol à pour 20 sec / sens inverse / vit. 1).

Ajouter le parmesan et mélanger bien afin d'incorporer le tout

Goûter et rectifier l'assaisonnement si besoin.

Servir aussitôt.

Et surtout régalez-vous.