

# SOUPE DE CHOU-FLEUR

## *Ingrédients (pour 4 personnes) :*

- un chou-fleur
- une gousse d'ail
- un oignon rouge
- 400 mL de lait de coco
- 1 cuiller à soupe d'huile d'olive
- 1 cuiller à café de curcuma
- 1 cuiller à café de piment d'Espelette
- Sel, poivre

## *Recette :*

1. Nettoyez le chou-fleur et séparez le en bouquets. Emincez l'ail et l'oignon.
2. Faites cuire le chou-fleur à la vapeur pendant 15 minutes.
3. Dans un mixeur-blender, versez les ingrédients suivants : l'ail et l'oignon émincés, une cuiller à soupe d'huile d'olive, 400 mL de lait de coco, une cuiller à café de curcuma et une cuiller à café de piment d'Espelette. Salez, poivrez.
4. Dès que le chou-fleur est cuit, disposez les bouquets dans le mixeur-blender. Mixez et servez aussitôt.