



## Velouté de courgettes au cumin (I-Cook'in ou non)

### LA CUISINE DE BOOMY



### *Pour 12 portions*

- 2 courgettes
- 3 cs de crème épaisse à 15 % de mg
- 1 bouillon cube de volaille
- sel, poivre
- cumin

#### Version I-Cook'in

Couper les courgettes en cubes, les mettre dans le bol du I-Cook'in. Rajouter le bouillon cube et mettre de l'eau à la hauteur des courgettes, pas davantage.

Cuire 20 min, 110°, vit 2.

Rajouter la crème, le sel, le poivre et du cumin et mixer par pulsion de la touche turbo à la consistance souhaitée. Rajouter de l'eau si nécessaire.

Laisser refroidir et verser dans vos verrines ou coupelles en céramique.

#### Sans le I-Cook'in

Couper les courgettes en cubes, les mettre dans un fait-tout. Rajouter le bouillon cube et mettre de l'eau à la hauteur des courgettes et faire cuire jusqu'à ce que les courgettes soient fondantes.

Les égoutter en conservant un peu de liquide de cuisson.

A l'aide d'un mixer en faire un velouté avec la crème, le sel, le poivre et du cumin en rajoutant un peu du liquide de cuisson. Rajouter de l'eau si nécessaire.

Laisser refroidir et verser dans vos verrines ou coupelles en céramique.