

SOUPE DE POTIRON, CAROTTE, PATATE DOUCE (thermomix)



Ingrédients :

- 800 g de potiron
- 200 g de carottes
- 130 g d'oignon
- 115 g de patate douce
- 10 g d'huile d'olive
- 1/2 c à c de curry
- 500 g d'eau
- 150 g de crème
- sel

Préparation :

- **mettre l'oignon coupé en deux dans le bol et mixer 5 secondes à vitesse 5**
- **racler les parois du bol à l'aide d'une spatule**
- **ajouter l'huile d'olive et régler 3 minutes 120°C vitesse 1**
- **ajouter le potiron, les carottes, la patate douce coupés en dés, l'eau, le sel et le curry**
- **puis régler 15 minutes à 100° vitesse 2**
- **à l'arrêt de la minuterie, ajouter la crème**
- **puis mixer 1 minute à vitesse 10**

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.

THERMOMINOUX 2021

<http://thermominoux.over-blog.com>