

Velouté de Légumes

[La cuisine de Laëty](#)

la-super-cuisine-de-laety.over-blog.com

Ingrédients :(1,400 L)

- 300g Pommes de Terre
- 1 Gros Oignon
- 200g Poireaux émincés
- 230g Carottes > 1 CS Huile d'Olive
- 600g d'Eau > 3 gousses d'Ail
- Sel et Poivre > 1 Kubors

Recette réalisée au Thermomix, au MCC ou Autres Robots

Culinaires:

- > Eplucher et Couper grossièrement l'oignon et l'ails
- > Mettre les morceaux d'oignons et d'ails dans le bol
- > Mixer 5 Sec / Vit 5 > Racler les bords
- > Rajouter l'huile d'olive > Programmer 4 Min / 70°C / Vit 1
- > Eplucher et Couper les Carottes et les Pommes de Terre en morceaux
- > Mettre les Poireaux émincés, les Pommes de Terre, les Carottes, le kubors, le sel et le poivre dans le bol
- > Programmer 25 Min / Vit 2 / 100°C
- > Mixer progressivement de 1 à 9 >> 1 min
- > Servir chaud
- > Vous pouvez rajouter des graines de sésames, des graines de Chia ou des épices au moment de servir ...