POTAGE COURGE FANES DE RADIS

Un potage courge et feuilles de radis, tout en douceur et en verdure, arrosé de lait d'avoine et relevé d'une garniture aromatique dorée à l'huile d'olive. Excellent résultat en saveur et texture quasi-veloutée.

1 tranche courge
fanes
1 oignons
2 gousses ail
épices
Sel - poivre
lait végétal

15 minutes
20 minutes
4 portions

1. Couper la courge en cubes

2. Ciseler un petit oignon et fondre dans un peu d'huile d'olive

3. Dès que ça commence à colorer, ajouter les cubes de courge et le curcuma (qui se dissous dans l'huile)

4. Après 3-4 minutes, ajouter toutes les fanes et cuire à feu moyen jusqu'à ce que le volume des feuilles réduise.

5. Ajouter un peu d'eau et compléter avec du lait d'avoine (ou autre lait végétal)

6. Mélanger, assaisonner (sel-poivre-noix muscade), cuire à feu doux environ 10-15 minutes

7. Mixer en potage au bol mixer car il donne un velouté plus fin.

8. Servir chaud ou tiède.