

Velouté de zucchini à la Vache qui Rit

Recette pour 4

Description

Une crème (soupe) très onctueuse, dû au fromage de vache qui rit, qui pourrait être un argument pour que les enfants en mangent.

L'astuce du chef

Attention au temps de cuisson qui vous ait proposé, il se peut que cela prenne moins de temps selon la fermeté des légumes. A vous de tester avec la pointe d'un couteau la cuisson.

Ingrédients

Velouté (soupe)

- 400 Gr Courgette
- 80 Gr Fromage vache qui rit
- 1 Gousse(s) Ail
- 1 Unité(s) Citron
- 600 Ml Bouillon de légumes

- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Mise en place

Hachez la gousse d'ail.

Ouvrir les courgettes sur la longueur, enlevez le coeur et les pépins à l'aide d'une cuillère.

Faire le bouillon de légume et le réserver au chaud.

Pressez les citrons pour en récupérer le jus.

Velouté de courge

Taillez les courgettes en gros cubes réguliers.

Dans une casserole chaude avec de l'huile d'olive, faite pincer (revenir) l'ail, ajoutez les morceaux de courgettes, faite revenir quelques minutes.

Mouillez avec le bouillon de légumes, baissez le feu, pour obtenir un frémissement, salez légèrement puis laissez cuire. (environ 30 minutes).

Récupérez les morceaux de courgette, assurez-vous de garder le même volume en bouillon de légumes. Mixez le tout avec le fromage Vache qui Rit. Ajoutez le jus de citron et rectifiez l'assaisonnement.

Si le velouté vous parait trop épais à votre goût, ajoutez du bouillon de légume en conséquence.

Bon appétit!