

Soupe brocolis - lait de coco

Ingredients for 4 personnes

500 g brocolis (1 brocolis)
15 cl lait de coco
1 cube de bouillon de volaille
1/2 oignon

Faire revenir l'oignon émincé dans de l'huile d'olive.

Verser 1 l d'eau froide dans la même casserole et le bouillon cube.

Pendant ce temps, détacher et mettre à part les petits bouquets du brocolis et émincer la tige en petits morceaux.

Quand le bouillon bout, rajouter la tige dans la casserole.

Couvrir, porter à ébullition et laisser mijoter à feu doux 15 minutes.

Ensuite, rajouter les bouquets, bien remuer, couvrir et laisser mijoter 10 minutes, jusqu'à ce que les bouquets soient tendres et s'écrasent bien à la cuillère.

Hors du feu, rajouter le lait de coco et mixer.

Vous obtiendrez une soupe veloutée et très douce au palais !

Published by: MamJarnac@AmisGourmands.fr on
11/02/2014 20:53