

VELOUTÉ DE CAROTTES GINGEMBRE ET CLÉMENTINES DE CORSE

Recette par **Pascale Weeks**

Une recette super vitaminée, parfumée et réconfortante.

Difficulté : **Très facile** Coût : **Bon marché**

Temps de préparation : **15 min** Temps de cuisson : **25 min**

Ingrédients (4 personnes)

800 g de carottes
4 clémentines de Corse
1 oignon
1 cuil. à soupe de gingembre frais râpé
2 cuil. à soupe d'huile d'olive
50 cl de bouillon de légumes
15 cl de lait de coco
4 tiges de persil plat
Sel
Poivre du moulin

Matériel

Cocotte en fonte
Mixeur plongeant
Sauteuse (poêle)



Préparation

ÉTAPE 1 :

Pelez les carottes, coupez-les en petits dés, pelez puis émincez l'oignon.
Pelez puis râpez le gingembre.

ÉTAPE 2 :

Dans une cocotte ou dans une sauteuse, versez l'oignon ciselé et l'huile d'olive.

Faites revenir sur feu doux pendant 5 minutes.

Ajoutez le gingembre, les dés de carottes et mélangez bien.

Ajoutez le bouillon, un peu de sel et portez à ébullition.

ÉTAPE 3 :

Baissez le feu, couvrez et laissez mijoter jusqu'à ce que les carottes soient cuites.

Mixez à l'aide d'un mixeur plongeant en ajoutant le jus des clémentines puis le lait de coco petit à petit jusqu'à la consistance souhaitée.

Rectifiez l'assaisonnement en sel et poivre du moulin, faites chauffer sur feu doux puis servez avec le persil plat ciselé.