

Recette soupe d'automne

Ingrédients :

400 g de potiron
400 g de patates douces
2 oignons blancs ou jaunes
1 poireau
2 gousses d'ail
2 cuillères à café de gingembre frais (émincé ou en purée)
Huile d'olive
Beurre
Sel/poivre
Bouillon (bœuf ou volaille suivant votre préférence)
Epices à tajine
Paprika
Optionnel :
Une pincée de piment
20 cl de crème fraîche
1 poignée de châtaignes cuites.



Méthode :

Faire préchauffer le four à 180° C

Eplucher et couper en dés d'environ 2 x 2 cm les patates douces et le potiron

Verser les cubes dans un saladier, recouvrir d'huile d'olive (environ 2 cuillères à soupe) saler, bien mélanger puis répartir sur une plaque de cuisson (utiliser du papier sulfurisé)

Placer la plaque au four environ 25 minutes, où jusqu'à ce que les légumes soient dorés.

Dans une casserole, faire revenir doucement dans un mélange de beurre et d'huile d'olive les oignons hachés, le poireau (préalablement lavé et découpé en fines rondelles) l'ail et le gingembre.

Une fois les oignons caramélisés, y verser les épices, faire revenir 2-3 minutes supplémentaires.

Préparer 1.5 litres de bouillon.

Verser 1 litre dans la casserole où vous avez fait revenir les oignons et les poireaux, y rajouter les cubes de patates douces et de potiron une fois cuits.

Laisser mijoter à feux doux environ 20 minutes.

Couper le feu, laisser tiédir, puis passer le mélange au mixeur. En fonction de la consistance souhaitée, rajouter les derniers 500 ml de bouillon.

Saler, poivrer et avant de servir (chaud) rajouter la crème fraîche.

Bon appétit !

