



Soupe de courge butternut et pomme

Ingrédients pour 4-5 personnes

1 courge butternut
2 petites pommes
1 càc de bouillon de légumes type Morga
1 oignon



Préparation :

Coupez la courge butternut en deux et enlever les pépins.

Coupez-la ensuite en morceaux en gardant la peau.

Émincez l'oignon et les pommes.

Dans une casserole, faites revenir l'oignon dans un peu d'huile d'olive. Ajoutez ensuite les morceaux de courge et de pommes à faire revenir quelques secondes. Couvrez d'eau et ajoutez le bouillon de légumes.

Cuire une vingtaine de minutes jusqu'à ce que le butternut soit cuit et la peau ramollie.

Mixez la préparation et servir chaud.

Bonne dégustation.

Quelques idées supplémentaire pour varie vos potages.

- Utilisez des épices et herbes aromatiques, tels que le cumin, le curry, le curcuma, le persil, la coriandre, estragon,... pourront très bien convenir pour cette soupe.
- Pour rendre un peu plus épaisse votre soupe ou si vous la trouver un peu trop forte en goût, ajouter une courgette, une pommes de terre, du riz, des amandes, ...
- Et pourquoi pas mettre vos restes de légumes ou de féculents dans votre potage pour une astuce anti-gaspillage.