

Velouté de Maïs pimenté

Vous n'y aviez jamais pensé ? Et pourtant, une boîte de maïs ne sert pas qu'à faire des salades pendant l'été mais on peut en faire des soupes, et ici en l'occurrence un velouté pimenté !

Pour 2 personnes : 1 boîte de maïs de 300g – 1 oignon – 1 gousse d'ail – 2CS d'huile d'olive – 3cc de piment de cayenne – 75cl de bouillon de volaille maison – 2 tiges de persil plat.

Lavez vos légumes. Épluchez l'oignon. Coupez en grosses rondelles. Émincez l'ail.

Dans un faitout, faites chauffer l'huile d'olive. Faites revenir l'ail avec l'oignon ainsi que le piment de cayenne pendant 5 min.

Ajoutez le maïs rincé et laissez revenir encore 5min.

Couvrez avec le bouillon de volaille maison. Et laissez mijoter pendant 25/30min.

Pendant ce temps, faites une brunoise avec le piment. Émincez le persil équeuté.

Passez au blender. Répartissez votre velouté dans 2 assiettes creuses. Parsemez avec du poivron cru et le persil. Passez un tour de moulin à poivre blanc et un filet d'huile d'olive.

Servir chaud en entrée ou en plat principal.

Bon appétit !

Velouté de potimarron

J'attends ce moment depuis tellement longtemps... Guettant les étales des marchés pour le trouver... Lui, le potimarron ! Je vous propose donc une de mes soupes préférées pour cette recette : le velouté de potimarron !

Pour 4 personnes : 1 potimarron – 1 oignon rouge – De la poudre de noisette – 1CS de cannelle – 1L de bouillon de volaille – Sel – Poivre – Crème fraîche épaisse 30% – 1CS d'huile d'olive

Préparez vos légumes : lavage, épluchage, coupage. Réservez.

Dans une grande casserole, faites chauffer l'huile d'olive avec 1CS de poudre de noisette et la cannelle. Ajoutez l'oignon et le potimarron coupés. Faites revenir quelques minutes. Puis mouiller avec le bouillon à hauteur. Amenez à ébullition puis baissez le feu et laissez cuire 30min.

Quand le potimarron est fondant, passez l'ensemble au blender et rectifiez l'assaisonnement si besoin.

Servez bien chaud avec une cuillère à soupe de crème fraîche (que vous pouvez monter, c'est plus joli) et saupoudrez de poudre de noisette.

On peut accompagner si on le souhaite cette soupe d'un brouilly rouge de 2009 ou 2011