



Une citrouille destinée au compost devient un parfait potage

[RECETTES](#) - [REPAS](#) - [SOUPES/POTAGES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION :

15 MIN

TEMPS DE CUISSON :

35 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 2 c. à soupe de beurre
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 oignons coupés en dés
- 4 à 5 tasses de citrouilles coupés en cubes
- 2 petites (ou une grosse) pommes de terre coupées en cubes
- 2 gousses d'ail émincées
- 2 tasses de bouillon de poulet ou de légumes
- 1 tasse de lait
- 1 tasse de crème 10 ou 35 % (selon votre hantise/amour du gras!)
- 1/8 c. à thé de muscade moulue
- 1 à 2 tasses de fromage cheddar marbré
- Sel et poivre au goût

Préparation

1. Faire chauffer à feu moyen-vif le beurre et l'huile dans un grand chaudron. Faire revenir les oignons quelques minutes puis ajouter l'ail. Ajouter la citrouille et les pommes de terre et faire cuire une dizaine de minutes.

2. Ajouter le bouillon de poulet et amener à ébullition. Couvrir et laisser mijoter une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
3. Passer les légumes au mélangeur et remettre dans le chaudron et y ajouter le lait, la crème et la muscade. Saler et poivrer au goût. Faire chauffer le potage quelques minutes.
4. Au moment du service, ajouter une poignée de fromage dans chacun des bols.

*Si vous congeler, ne pas mettre la crème. L'intégrer seulement au moment de servir.