



Potage à la carotte et au navet du jardin aromatisé à l'érable

RECETTES - REPAS - SOUPES/POTAGES - VÉGÉTARIEN / VÉGANE



NOMBRE DE PORTION : 4-6

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN

TEMPS DE CUISSON : 35 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: OUI

Ingrédients

- 5 tasses de carottes, pelées et coupées en gros morceaux
- 5 tasses de navet, pelés et coupés en gros morceaux (plus les morceaux seront petits, plus ça cuira vite!)
- 2 oignons moyens, coupés en morceaux
- 3 c. à soupe de beurre
- 8 tasses de bouillon de poulet ou de légumes
- 2 patates moyennes, épluchées et coupées en morceaux
- 90 ml de sirop d'érable
- 1/4 à 1/3 de tasse de crème 35 %
- Sel et poivre

Préparation

1. Faire fondre le beurre dans une grande casserole et y ajouter les légumes. Faire cuire quelques minutes jusqu'à ce que les oignons commencent à colorer.
2. Ajouter le reste des ingrédients à l'exception de la crème et amener à ébullition. Couvrir et laisser mijoter une trentaine de minutes (plus ou moins selon la grosseur de vos morceaux de légumes. Il faut que les légumes soient tendres.)
3. Passer le tout au mélangeur jusqu'à la texture désirée. Saler, poivrer et ajouter la crème. J'aime bien parsemer mes potages de ciboulette hachée et fromage !

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