

Velouté de butternut aux cacahuètes



Ingrédients : 1 butternut, une poignée de cacahuètes, crème de soja (ou crème fraîche liquide), sel, poivre, huile de cacahuète

Eplucher la courge butternut. La détailler en dés. Garder une cuiller à café de crème par bol pour le décor. Faire cuire dans la crème de soja jusqu'à ce que la courge soit tendre. Saler, poivrer. Mixer.

Verser dans les bols. Ajouter quelques cacahuètes, décorer avec la crème et quelques pluches de cerfeuil ou persil plat. Verser un filet d'huile de cacahuète.

www.cuisineplurielle.com
cuisineplurielle@hotmail.fr
Conseillère Demarle/Flexipan