Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Soupe de courgettes ultra simple

Imprimer

Commenter

Préparation: **1**

Ingrédients
4

- 4 courgettes
- Environ 1 à 2 verres d’eau (en fonction de la texture que vous souhaitez lui donner).
- 1 pincée de sel

1. Remplissez la cuve d'1/3 d'eau. Portez-la à ébullition. Déposez les courgettes sur le tamis et cuisez environ 10 minutes.
2. Passez ensuite les courgettes au mixeur puis ajoutez de l'eau jusqu'à ce que la consistance vous convienne. Ajoutez une pincée de sel.
3. Et pour la pimper : un trait d'huile de noix et/ou un trait de sauce Tamari et le tour est joué! Elle est pas belle la vie?

Ceci n'est pas un Spritz. Avant de partir en week-end prolongé, on la joue léger.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d'asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises

Mon compte
Recettes
Contact
CGV
Newsletter
+33 (4) 94 01 22 61
Mon compte
Recettes
Notre histoire
Contact
CGV
Newsletter
Facebook
Pinterest
Instagram