Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Velouté de patate douce et châtaigne

MAG#1 AUTOMNE VEGAN

Imprimer

Commenter

Préparation: **10 min**

Ingrédients
Pour 4 personnes

- 1 kg de patates douces
- 1 cube de bouillon de légumes
- 1 gousse d’ail 2 c. à s. de farine de châtaigne
- 1 l d’eau de source à 90-95 °C
- 250 ml de lait de coco
- sel
- huile de noisette pour le dressage

1. Lavez, épluchez et coupez les patates douces en rondelles.
2. Faites-les cuire 15-20 min à la vapeur douce.
3. Dans un grand récipient (si possible en verre : saladier, jatte, cul-de-poule), placez un cube de bouillon de légumes, l'ail dégermé haché et la farine de châtaigne. Versez l'eau chaude sur ces ingrédients et laissez infuser 5 minutes.
4. Une fois qu'elles sont cuites, ajoutez les patates douces et mixez jusqu'à l'obtention d'un velouté bien homogène. Ajoutez le lait de coco, salez à votre convenance et mixez à nouveau.
5. Au moment du service, je vous conseille d'ajouter un filet d'huile de noisette sur votre velouté, voire quelques graines de courge. C'est un délice !

Cette recette vegan a été réalisée par Sabrina Larroche, du blog Paris d'épices

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