

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](#)