Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Velouté de carotte coco aux épices douces

soupe velouté recette facile

Imprimer

Commenter

Préparation: **5 min**

Ingrédients
Pour 4 personnes

- 250 g de carottes brossées
- 1 oignon épluché et dégermé si besoin
- 1 pouce de gingembre frais
- 1 c. à c. d’épices douces au choix
- 150 ml de lait de coco
- 50 g de miso doux

- 300 ml de dashi (ou de bouillon de légumes, ou d’eau)

1. Remplissez un quart de la cuve du Vitaliseur d’eau et portez à ébullition.
2. Faites cuire les légumes 10 minutes sur le tamis du Vitaliseur.
3. Dans une casserole ou dans un bol en céramique du Vitaliseur faites chauffer doucement le lait de coco et le dashi.
4. Mixez tous les ingrédients en velouté. Servez immédiatement avec quelques condiments au choix et facilement disponibles.

Un velouté de toute saison réalisé pour le magazine 95° #34 spécial recettes faciles (sept-oct 2021)

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