

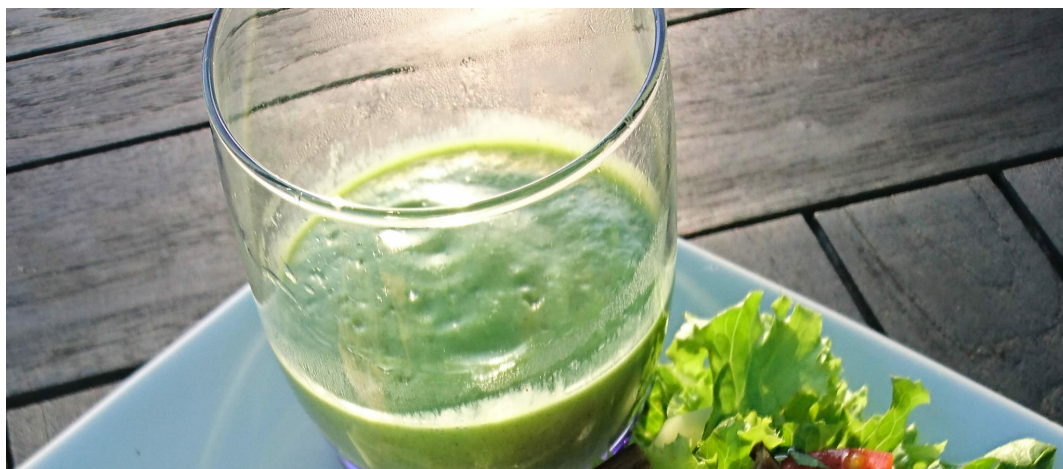
Recettes

{{ splat | term }}



Toutes les
recettes

Gaspacho de courgettes



Imprimer



Commenter



Préparation: **5 min**

Ingrédients Pour 3 personnes

- 2 courgettes
- 1/2 bouquet de ciboulette
- 10 cl de crème
- eau
- épices à votre goût

1. Laver et couper les courgettes en dès
2. Emincer la coriandre

3. Mettre dans un auto cuiseur avec de l'eau ou dans une casserole (en couvrant au 3/4 d'eau)
4. Faire cuire 10 minutes
5. Après la cuisson, mettre le tout dans un blender, ajouter le sel, le poivre, les épices (cumin, piment d'espelette), 10 cl de crème fraîche.
6. Mixer le tout et réserver au frais.

Recette de mon panier de campagne qui s'associe parfaitement au pain de poisson.

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

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[!\[\]\(3e2231b1ad3ca8da8658228c00dd08e0_img.jpg\) Facebook](#)

[!\[\]\(5361750c22c4e047a52f4eac1ec2d4cc_img.jpg\) Pinterest](#)

[!\[\]\(870f5d5e9c0d57485634be3ecf52f3ca_img.jpg\) Instagram](#)