Velouté de Butternut onctueux : la recette réconfortante parfaite

Ingrédients nécessaires

- 1 courge butternut moyenne (environ 1 kg)
- 1 oignon jaune émincé
- 2 gousses d'ail hachées
- 750 ml de bouillon de légumes chaud
- 10 cl de crème liquide (ou lait de coco pour une version vegan)
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre du moulin et une pincée de noix de muscade

Étapes de préparation

- Épluchez la courge, retirez les graines et coupez la chair en dés réguliers.
- Dans une grande casserole, faites revenir l'oignon et l'ail dans l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
- Ajoutez les dés de butternut et faites-les dorer pendant 5 minutes en remuant régulièrement.
- Versez le bouillon de légumes jusqu'à recouvrir les morceaux de courge.
- Couvrez et laissez mijoter à feu moyen pendant 20 minutes, jusqu'à ce que la chair soit très tendre.
- Mixez le tout à l'aide d'un mixeur plongeant jusqu'à obtenir une texture parfaitement lisse.
- Incorporez la crème, ajustez l'assaisonnement avec le sel, le poivre et la muscade, puis mélangez bien.

Astuces pour sublimer votre plat

- Ajoutez des graines de courge torréfiées sur le dessus pour apporter du croquant.
- Pour une touche gourmande, parsemez de copeaux de parmesan ou de quelques éclats de châtaignes.
- Si vous préférez une saveur plus exotique, remplacez la muscade par une pointe de curry ou de gingembre frais.
- Servez avec des croûtons frottés à l'ail pour un repas complet et rustique.