



Velouté de cosses de fèves

INGRÉDIENTS

- 400 à 500 g de cosses de fèves
- 3 oignons fanes
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- Thym frais
- 1 gousse d'ail
- 100 ml de crème végétale (ou de crème fraîche)
- Sel, poivre

PRÉPARATION

Coupez les cosses en morceaux et faites-les cuire dans une casserole d'eau pendant 15 mn.

Égouttez-les.

Dans la casserole, faites revenir les oignons et leurs fanes avec l'huile d'olive pendant 3 mn.

Ajoutez les cosses de fèves, le thym effeuillé, la gousse d'ail épluchée et 700 ml d'eau.

Laissez cuire 10 à 15 mn. Salez et poivrez. Mixez la crème.

Vous pouvez ajouter un fenouil à ce velouté ou d'autres légumes.

TEMPS DE PRÉPARATION : 10MN

TEMPS DE CUISSON : 33MN

TEMPS TOTAL : 43MN