

Soupe de potiron au curry

Préparation: 15 min - Cuisson : 10 min

Ingrédients (4 pers.)

1 kg de courge muscade
300 g d'oignons
160 g de crème à 25%
150 ml de lait
1 c. à c. de pâte de curry rouge
1 feuille de laurier
1 branche de thym
Sel fin
Poivre blanc
50 g de pain bis ou complet rassis
2 gousses d'ail
50g de parmesan râpé

Préparation

Soupe

Peler et couper la courge et les oignons, puis écraser 1 gousse d'ail.

Dans une marmite, mettre de l'eau à bouillir avec le thym, le laurier, les oignons, l'ail, du sel et du poivre. Ajouter ensuite la courge. Lorsque elle est cuite, la sortir et l'égoutter.

Dans une casserole, mettre la courge, le lait, la crème et le curry. Mixer le tout et réchauffer doucement.

Tranches de pain

Couper de très fines tranches de pain rassis, les faire griller et les froter légèrement avec une gousse d'ail.

Chips de parmesan

Sur une plaque allant au four, poser une feuille de papier sulfurisé. Déposer à la cuillère des petits tas de parmesan râpé et les aplatir légèrement avec le dos d'une cuillère. Les passer rapidement au four préchauffé.

Dressage

Servir la soupe accompagnée d'une tranche de pain et/ou de chips de parmesan.

Variante

Ajouter des graines de courge grillées au dernier moment.

