

Velouté de carottes au curcuma

(pour 4 personnes)

Ingrédients :

- 400 g de carottes lavées et épluchées
- 1 belle pomme de terre
- 2 tomates bien mûres
- 1 gousse d'ail
- 1/2 cc de graines de coriandre
- 1/2 cc de curcuma
- 2 pincées de sel
- herbes (facultatif)



Préparation :

Couper les carottes, la tomate et la pomme de terre pelée. Verser dans une casserole. Couvrir d'eau à hauteur, ajouter les épices, le sel, l'ail émincé et laisser mijoter 20 à 30 minutes. En fin de cuisson, mixer le tout pour obtenir une crème plus ou moins lisse. Ajouter un peu d'herbe fraîche ou sèche : ciboulette, thym, romarin, persil ...