

Soupe de courgette et de fenouil



INGRÉDIENTS :

- 1 fenouil bio
- 1 courgette bio
- 1 oignon haché
- 30 g de beurre
- 50 cl de bouillon de volaille
- Sel et poivre du moulin
- 1 c. à c. de curry en poudre



Couper le fenouil et la courgette en dés.

Faire chauffer le beurre dans une casserole et y faire revenir l'oignon. Ajouter le fenouil et la courgette, puis cuire le tout pendant 3 minutes, en remuant.

Verser le bouillon, puis faire chauffer la soupe, à couvert pendant 10 à 15 minutes, sur feu doux, jusqu'à ce que le fenouil soit tendre. Mixer la soupe. Ajouter un peu d'eau ou de bouillon si elle est trop épaisse. Saler, poivrer et ajouter le curry.



Toutes nos recettes sur www.savibio.fr