

SOUPE DE PANAIS

INGREDIENTS pour 4 pers :

- 3 panais
- 1 grosse pomme de terre
- 3 gousses d'ail
- 3 échalotes
- 1 oignon doux
- 2 cubes de bouillon de légumes
- 20 cl de crème fraîche
- 1 branche de Thym
- 2 feuilles de Laurier
- Ciboulette fraîche
- 100 g de Noisettes
- Huile d'olive
- Miel ou sirop d'agave
- Du poivre



RECETTE :

1 Eplucher les panais, la pomme de terre et l'ail, coupez-les en cubes.

Mettez-les à cuire dans 1 l d'eau avec thym, laurier et les 2 cubes de bouillon.

15 mn à la cocote minute sinon 40mn à la casserole.

2 Epluchez les échalotes et l'oignon, hachez finement et mettre à dorer avec 1 cuillère à soupe d'huile d'olive. Laissez-les fondre et à la fin mélangez une cuillère à café de miel.

3 Concasser grossièrement les noisettes. Ciselez la ciboulette.

4 A la fin de la cuisson, enlevez le thym et le laurier ; mixez la soupe et rectifiez l'assaisonnement. Rajoutez ensuite les échalotes et oignon dorés, mixez à nouveau.

5 Mettre la crème fraîche et mélangez à la cuillère en bois. Poivrez et goûtez et au besoin rectifiez l'assaisonnement.

6 Au moment de servir saupoudrer la soupe de noisette et ciboulette.

BON APPETIT !