

Velouté de butternut et châtaignes

TEMPS : 55 MINUTES • 02 NOVEMBRE 2020 • JULIE DE YUKA



L'automne est la saison phare des courges

Avec la baisse des températures, c'est l'occasion idéale pour préparer une bonne soupe réconfortante ! La courge butternut, avec sa chair douce et onctueuse, est parfaite pour préparer un délicieux velouté.

Ingrédients^{4 personnes}

- 1 courge butternut (au moins 1 kg)
- 1 bel oignon
- 500g de châtaignes fraîches avec coque (env. 350 de châtaignes épluchées et cuites)
- 20cl de crème liquide ou crème végétale
- 1L de bouillon de légumes
- Sel, poivre
- Optionnel : graines de courge

1

Avec un couteau, réalisez une incision dans chaque châtaigne. Puis, faites-les cuire dans de l'eau bouillante pendant 30 minutes. Égouttez-les et rincez-les ensuite sous l'eau froide avant de les éplucher.

2

Épluchez la courge butternut avec un épluche-légumes. Retirez les pépins, puis coupez la chair en cubes.

3

Épluchez l'oignon puis émincez-le grossièrement. Dans une cocotte ou un faitout, faites revenir l'oignon quelques minutes dans un peu d'huile d'olive.

4

Ajoutez ensuite la courge et le bouillon. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez cuire pendant 20 à 30 minutes jusqu'à ce que les morceaux de courge soient tendres. Une fois la cuisson de la courge terminée, ajoutez la crème et les châtaignes, puis mixez le tout jusqu'à obtenir une consistance lisse et crémeuse. Ajustez la quantité de bouillon selon vos préférences en termes de texture. Salez et poivrez.

5

Servez en décorant de quelques brisures de châtaignes et graines de courge sur le dessus.

Bon appétit !