

Bisque de courgettes au romarin



Entrée **Facile**

Pour : 4 personnes

Préparation : 15 mn

Cuisson : 35 mn

Peu calorique, cette soupe est légère tout en ayant une texture crémeuse. Vous pouvez parsemer le velouté de parmesan.

Recette proposée par : Gana.C

Ingrédients

- 1 kg de courgettes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 1 l de bouillon
- 2 cs d'huile
- 1 feuille de laurier
- 1 pincée de romarin

Préparation

- 1 Faites revenir l'oignon pelé et coupé.
- 2 Ajoutez les courgettes en cubes et laissez rissoler quelques minutes.
- 3 Incorporez les gousses d'ail et une louche de bouillon. Salez, poivrez.
- 4 Couvrez et portez à ébullition puis, laissez mijoter dix minutes : les courgettes doivent être tendres.
- 5 Passez les légumes au mixeur et ajoutez le reste de bouillon.
- 6 Incorporez le laurier et couvrez. Lorsque la préparation bout, réduisez le feu puis, laissez mijoter dix minutes.
- 7 Retirez le bouquet garni et rectifiez l'assaisonnement si besoin. Servez chaud.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

