

# VELOUTE DE CHOU FLEUR

PREPARATION 10 MINUTES - CUISSON 20 MINUTES

2 pommes de terre moyenne  
Un chou-fleur  
Sel, poivre  
1 échalote  
20 cl de crème de soja  
1 cuillère à soupe d'huile d'olive

Eplucher les légumes  
Faire revenir l'échalote hachée dans un peu d'huile d'olive  
Ajouter les légumes coupées en morceaux  
Ajouter un demi-litre d'eau dans la casserole, du sel et du poivre

Faire cuire jusqu'à ce que les légumes soit tendres, environ 20 minutes  
Ecraser le mélange avec un mixeur plongeur  
Ajouter la crème, bien remuer  
Goûter et ajuster l'assaisonnement si nécessaire

Déguster avec des petits dés de comté, du parmesan râpé...

