

Recette de soupe aux restants de légumes de Teri Fisher

Portions : 4 portions

Ingédients

- 2 livres de légumes (carottes, pommes de terre, panais, tout ce que vous voulez!), pelés et coupés grossièrement
- 3 c. à table d'huile d'olive extra vierge, divisée, et un peu plus pour la garniture
- 3 échalotes, coupées (ou 1/2 oignon jaune, coupé)
- 3 gousses d'ail, hachées
- 2 c. à table de thym émincé, et un peu plus pour la garniture
- 2 c. à thé de cumin
- 5 tasses de bouillon de légumes ou de poulet, et un peu plus au besoin
- 2 c. à table de beurre non salé
- Sel et poivre au goût
- Facultatif - un peu de crème



Instructions

1. Préchauffer le four à 190 C (375 F).
2. Placer les carottes (ou votre légume-racine de choix) sur une plaque à biscuits et badigeonner de 2 cuillerées à table d'huile. Saler et poivrer, et disposer en une seule couche.
3. Faire rôtir les carottes pendant 25 à 35 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres, en remuant aux 15 minutes pendant la cuisson. Retirer du four.
4. Placer la cocotte sur la cuisinière à feu moyen. Ajouter le reste d'huile à la cocotte.
5. Ajouter les échalotes (ou les oignons) et l'ail à la cocotte et faire sauter pendant 3 à 4 minutes.
6. Ajouter le thym et le cumin, puis continuer à faire sauter pendant 3 à 4 minutes.
7. Ajouter les carottes et le bouillon à la cocotte. Laisser mijoter pendant 15 minutes.
8. Laisser refroidir légèrement.
9. Verser soigneusement le mélangeur dans un mélangeur (ce peut être fait petit à petit), ajouter le beurre, le sel et le poivre. Mélanger jusqu'à ce que ce soit lisse.

10. Ajouter plus de bouillon si le mélange est trop épais et continuer de mélanger jusqu'à ce que ce soit lisse.
11. Remettre le mélange dans la cocotte et rectifier l'assaisonnement. Laisser mijoter pendant 5 minutes.
12. Verser dans des bols et garnir d'un filet d'huile d'olive extra vierge ainsi que de feuilles de thym frais. Servir.