



Velouté aux fanes de radis

Préparation

- ✓ Récupérer les fanes de radis, les laver et les égoutter;
- ✓ Eplucher l'ail et l'oignon. Emincer l'oignon et écraser l'ail grossièrement;
- ✓ Dans une casserole, faire revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile;
- ✓ Ajouter les pommes de terre coupées en dés. Couvrir avec du bouillon maison et laisser cuire à feu doux pendant 10 à 15 minutes (réduire la cuisson à 5 à 10 minutes avec les courgettes);
- ✓ Ôter les tiges des fanes de radis et hacher grossièrement les feuilles;
- ✓ Ajouter les fanes de radis avec les pommes de terre, elles fondent rapidement. Mélanger, retirer la casserole du feu et couvrir pendant 5 minutes ;
- ✓ Mixer
- ✓ En fonction des goûts, possibilité d'ajouter un peu de crème végétale liquide. Rectifier l'assaisonnement.



Ingrédients

- Les fanes d'une botte de radis (environ 2 grosses poignées de fanes) bien fraîches et tendres, lavées et essorées
- 1 oignon moyen
- 1 gousse d'ail
- 2 pommes de terre ou 2 courgettes
- 10 cl de crème végétale (facultatif)
- 1 à 1,5 l. de bouillon de poule maison en fonction de la consistance souhaitée (pour la recette du bouillon, voir mon article de blog y consacré)
- Sel
- 4 CS d'huile de son de riz ou d'olive ou de graisse de canard