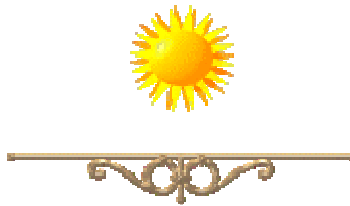


## Fiche recette 61

### Velouté de Carottes et Poireaux.

*(Plat végétarien)*. Préparation : 10 minutes - Cuisson : 25 minutes



#### Ingrédients pour 4 personnes.

3 carottes, 2 poireaux, 1 oignon, 2 cuillers à soupe de fécule, 1,5 litres d'eau, 2 cuillers à soupe d'huile d'olive, 10 cl de crème fraîche, 4 cuillers à soupe de tapioca, du persil haché, du sel et du poivre .

#### Préparation & Cuisson.

Laver et peler les carottes puis les fendre en quatre et les couper en très petits morceaux. Laver et parer les poireaux, les fendre en quatre et les couper en très petits morceaux. Peler et émincer l'oignon et le faire un peu revenir dans l'huile dans une casserole. Ajouter les légumes et 1,5 litre d'eau. Saler, poivrer. Porter à ébullition et laisser cuire jusqu'à ce que les carottes soient tendres. Pendant ce temps, délayer la fécule dans un peu d'eau. Lorsque les carottes sont cuites, ajouter le lait de fécule et le tapioca. Laisser cuire 10 minutes puis ajouter la crème et couper le feu. Bien mélanger, goûter, rectifier l'assaisonnement. Saupoudrer de persil haché et servir.