

# Velouté de Courgettes

Pour 6/8 personnes :

- **5 courgettes**
- **1 oignon**
- **1 pomme de terre (assez grosse)**
- **1 cube de bouillon de volaille**
- **3 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse**
- **1 cuillère à café de graisse de canard (facultatif)**
- **sel, poivre**

1. Couper les extrémités des courgettes puis les laver et les couper en gros morceaux.
2. Éplucher, laver puis couper en gros morceaux la pomme de terre et l'oignon.
3. Ajouter tous les légumes dans une cocotte minute.
4. Mouiller le tout avec 4/5 litres d'eau selon la contenance de votre cocotte.
5. Mettre ensuite le cube de bouillon avec la graisse de canard (facultatif).
6. Fermer la cocotte puis la mettre sur le feu pour 45 minutes de cuisson à partir du moment où elle commence à siffler.
7. Une fois les 45 minutes passées, découvrir la cocotte puis ajouter la crème fraîche et poursuivre la cuisson pendant 15 minutes.
8. Pour terminer, mixer le tout jusqu'à obtenir un velouté bien crémeux, assaisonner généreusement : c'est prêt ! ☐

☐ Ce délicieux velouté préservera le goût de la courgette et se dégustera chaud ou froid. ☐  
De plus, à l'approche de l'hiver et du mauvais temps, il permettra de vous réconforter mais également d'utiliser les dernières courgettes de la saison ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

