

Aux Petits Bonheurs d'Ottoki...

<http://bonheursdottoki.canalblog.com/>

Recette perso adaptée au Thermomix

Soupe de panais et carottes à la coriandre

Pour 4 à 6 personnes.



500 g de panais

4 carottes

1 blanc de poireau

Sel, poivre, coriandre moulue

Dans le bol du TM

Mettre tous les légumes en gros cubes.

Recouvrir d'eau jusqu'à la graduation II.

Saler, poivrer.

Mettre une ou deux pincées de coriandre.

Régler 25 min à 100° VIT 3.

A la fin de la minuterie,

mixer 30 sec VIT 6 puis 30 sec VIT 10.

Vous pouvez ajouter de la crème allégée si vous le désirez.

Perso, je n'en mets pas, je trouve ma soupe excellente d'même !!