

Velouté de châtaignes au fenouil

(pour 4 à 6 personnes environ)

Ingrédients :

- X 3 à 4 petits bulbes de fenouil
- X 420 gr de châtaignes sous vide ou en bocal
- X 1 gousse d'ail
- X 30 gr de beurre ou 1 grosse cuillère à soupe d'huile d'olive
- X Huile de noix
- X 1 litre de bouillon de volaille
- X 10 cl de crème fraîche ou crème soja

Préparation (15 min) :

- X Émincer le fenouil
- X Écraser l'ail
- X Faire revenir 5 min le fenouil et l'ail dans le beurre ou l'huile d'olive
- X Ajouter les châtaignes et laisser cuire 3 min en remuant
- X Verser le bouillon de volaille
- X Saler et poivrer
- X Incorporer la crème fraîche et mixer (si vous optez pour la crème soja, ne pas faire bouillir !)

Cuisson :

- X Environ 20 à 25 minutes

Présentation :

- X Servir ce velouté avec des croûtons de pain d'épices (à supprimer si régime sans gluten !!!) et des cerneaux de noix ou des écorces d'oranges confites.
- X Assaisonner d'un filet d'huile de noix.