

Velouté de châtaignes au fenouil

(pour 4 à 6 personnes environ)

Ingrédients :

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

Préparation (15 min) :

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

Cuisson :

- ✗ Environ 20 à 25 minutes

Présentation :

- ✗ 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.
- ✗ Assaisonner d'un filet d'huile de noix.