Les épices curieuses
Explorateurs de saveurs étonnantes

LA CUISINE CURIEUSE, SIMPLEMENT

Velouté de potimarron, crème citronnée et finition Éclats Moutardés

Velouté de potimarron onctueux, relevé d'une crème citronnée et garni d'Éclats Moutardés : une soupe qui réchauffe et surprend. La chair douce et légèrement noisettée du potimarron se transforme en texture satinée, tandis que la crème citronnée apporte une pointe vive et fraîche. En finition, les graines de moutarde craquantes, l'ail, l'oignon et les paprikas du mélange donnent du relief et un petit piquant convivial. C'est une recette idéale pour un dîner familial automnal ou pour une entrée généreuse lors d'un déjeuner entre amis. Simple à réaliser, elle mise sur des ingrédients courants et sur un assaisonnement réfléchi pour révéler toute la gourmandise du potimarron.

P	T	C	D
PERSONNES	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ
4	**20 min**	**35 min**	**facile**

Ingrédients

- 1 potimarron entier (≈1–1,2 kg), lavé, coupé en morceaux (la peau se cuisine)
- 1 oignon jaune moyen, émincé
- 2 gousses d'ail, écrasées
- 30 g de beurre ou 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillères à café d'Éclats Moutardés (voir dosage)
- 800 ml de bouillon de légumes chaud
- 150 ml de crème fraîche épaisse ou crème végétale
- zeste fin d'1 citron + 1 cuillère à soupe de jus de citron
- sel et poivre du moulin
- quelques brins de persil ou ciboulette pour servir
- huile d'olive pour arroser

LE MÉLANGE DE LA RECETTE



Éclats Moutardés

Scanner pour voir le produit

Préparation

Prépare le potimarron: coupe-le en deux si nécessaire, enlève les pépins et détaille la chair en cubes d'environ 2–3 cm (tu peux garder la peau).

Dans une grande casserole, fais fondre le beurre (ou chauffe l'huile) à feu moyen. Ajoute l'oignon et l'ail, fais revenir 4–5 minutes jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides sans colorer.

Ajoute la moitié des cubes de potimarron, poursuis 2 minutes en remuant puis ajoute le reste des cubes. Laisse suer 2 minutes de plus avec l'oignon.

Verse le bouillon chaud pour couvrir, porte à ébullition puis réduis le feu. Couvre et laisse mijoter 20 à 25 minutes jusqu'à ce que le potimarron soit tendre.

Pendant que la soupe cuit, mélange la crème avec le zeste et le jus de citron. Goûte et ajuste l'acidité pour obtenir une crème fraîche, légèrement citronnée. Réserve au frais.

Quand le potimarron est cuit, mixe au mixeur plongeant ou blender jusqu'à obtenir un velouté lisse. Si besoin, ajoute un peu d'eau chaude pour ajuster la texture.

Incorpore la crème au citron en réservant 2 cuillères à soupe pour le service. Rectifie l'assaisonnement en sel et poivre.

Pour réveiller le mélange, chauffe 1 cuillère à café d'Éclats Moutardés quelques secondes dans une petite poêle avec un trait d'huile chaude (attention à ne pas brûler) puis ajoute-le au velouté pour infuser.

Verse le velouté dans des bols, dépose une cuillerée de crème citronnée au centre et parsème 1 cuillère à café d'Éclats Moutardés en finition pour le croquant et la couleur. Ajoute un filet d'huile d'olive et quelques herbes ciselées.

Le conseil des Épices Curieuses

Pour plus d'onctuosité, mixe chaud puis laisse reposer 5 minutes avant de retoucher l'assaisonnement. Ne fais pas trop chauffer les graines de moutarde: quelques secondes suffisent pour libérer leurs arômes.

Les Épices Curieuses

les-epices-curieuses.com

La recette en ligne

Le produit