

## Velouté de Potiron et PATATE DOUCE au Colombo

*Testé et approuvé par les habitants du centre social Village 2  
lors du « Challenge Cuisine » du 3 décembre 2014*

### **Ingrédients: 6 personnes.**

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| -500g cubes de potiron    | -10cl crème fraîche    |
| -300g cubes patate douces | -2 c.c de colombo      |
| -3 échalotes              | -1 c.c de piment       |
| -2 gousses d'ail          | - 2 cubes de Knorr     |
| -1 petite pomme de terre  | -1/2 bouquet coriandre |
| -1 carotte                | - 1 c.s d'huile        |
| -250ml de lait de coco    | -10g de beurre         |
| -600ml de lait            | - sel, poivre          |



### **Préparation**

Eplucher et couper les légumes en cubes. Hacher l'ail (de préférence avec le presse ail, meilleur pour la digestion). Dans une cocotte, faire revenir les échalotes, et l'ail dans l'huile et le beurre ; et y ajouter les légumes. Les faire revenir quelques minutes, puis ajouter les épices. Ajoutez le lait de coco et le lait en complétant avec l'eau pour couvrir les légumes. Ajoutez les bouillons cubes et laissez mijoter sur feu doux 25 minutes. A la fin de la cuisson, ajouter la coriandre ciselée et mixer les légumes pour obtenir un velouté. Ajouter la crème, saler, poivrer et saupoudrer de coriandre fraîche. Servir bien chaud.