

Velouté de courges à l'ail des ours

Recette de Daniel Zenner

Cuisinier

Auteur des livres tomes 1 et 2 de "Gastronomie et Plantes Sauvages" de "Gastronomie et Plantes des Jardins", du "Dictionnaire de la Gastronomie Alsacienne" et du "Foie Gras d'Alsace"

Pour 12 personnes, ayez :

- 200 g de divers potirons
- 2 blancs de poireaux
- Une noix de beurre
- 1/2 l de lait entier
- 150 g de crème fraîche Label Rouge Alsace
- 2 l de bouillon de poule ou de légumes
- Sel et poivre
- 50 g d'ail des ours

La préparation :

- Suer sans coloration, dans le beurre, les légumes coupés en dés d'un cm.
- Mouiller avec le lait. Laisser cuire quelques minutes puis ajouter le bouillon.
- Laisser frémir au moins quinze minutes.
- Mixer puis ajouter l'ail des ours.
- Laisser cuire encore une minute en remuant bien puis cessez le feu. Mixer à nouveau.
- Ajouter la crème.
- Saler et poivrer.