



Velouté de panais à la moutarde

Recette pour 6 personnes. Préparation : 10 min. Cuisson : 15 min.

Ingrédients

Panais : 750 g
Ail : 1 gousse
Echalote : 1
Persil : un demi-bouquet
Eau minérale : 75 cl (= 750 g)
Jus de citron jaune : 1/2
Huile d'olive : 5 cl, soit environ 100 g
Graines de moutarde blonde : 1 cuillère à soupe
Moutarde à l'ancienne : 2 cuillères à café
Sel et poivre du moulin

Matériel

une planche à découper
un économe
un couteau à légumes
une cocotte-minute
un mixer
des flacons sphériques



Réalisation

1. Laver, peler et couper en gros tronçons les panais.
2. Les mettre dans le panier vapeur de la cocotte minute et laisser cuire 15 minutes dès la confirmation de l'ébullition.
3. Eplucher et hacher la gousse d'ail et l'échalote. Ciseler grossièrement le persil.
4. Dans le mixer, verser l'eau minérale, l'huile d'olive, et le demi-jus de citron. Ajouter l'ail, l'échalote, le persil ciselé, et les moutardes. Donner quelques tours de moulin et saler à votre goût.
5. Ajouter les morceaux de panais dès qu'ils sont cuits, puis actionner le mixer jusqu'à la consistance désirée en rajoutant de l'eau au besoin, ou de la crème pour rendre ce velouté encore plus onctueux.
6. Servir aussitôt, bien chaud !

Pure gourmandise

La gourmandise est un joli défaut.

www.PureGourmandise.com