



VELOUTÉ DE LAITUE



INGREDIENTS :

- 1 fin de laitue défraîchie
- 3 petites pommes de terre
- 1 petit oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 moitié de bouillon de poule ou de légumes
- 1 pincée de sucre
- 1 pincée de sel
- 1 petit verre de lait de vache ou de soja
- huile d'olive

1- Coupez vos pommes de terre en morceau, avec la peau, et faites les cuire à l'eau 15 min.

2- Dans une casserole, faites revenir l'oignon et l'ail (en petits morceaux) dans de l'huile d'olive, pendant quelques minutes. Rajoutez vos restes de laitue et les pommes de terre cuites et faites revenir le tout encore 5 min.

3- Mettre cette préparation dans votre blender, rajoutez le bouillon, le sucre, le sel, le lait et mixez pendant 1 min. à vitesse moyenne jusqu'à l'obtention d'un velouté.

Vérifiez la texture et si il est trop épais, rajoutez encore du lait.
Assaisonnez à votre convenance et c'est prêt !