

POTAGE DE COURGE AU GINGEMBRE ET AUX PACANES



Source : iga.net

INGRÉDIENTS

- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive
- 2 poireaux nettoyés et tranchés
- 30 ml (2 c. à soupe) de gingembre frais pelé et râpé
- 2 ml (1/2 c. à thé) de muscade
- 2 courges poivrées
- 2 pommes de terre
- 1 L (4 tasses) de bouillon de poulet
- 250 ml (1 tasse) de lait
- Au goût, sel et poivre
- Pour garnir, crème champêtre 15 % M.G.
- Pour garnir, pacanes hachées
- Pour garnir, persil frais haché

MÉTHODE

1. Dans une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen-vif. Ajouter les poireaux, le gingembre et la muscade.
2. Cuire pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que les poireaux soient tendres. Ajouter les courges et les pommes de terre. Cuire pendant 5 minutes en brassant de temps à autre.
3. Ajouter le bouillon de poulet. Porter à ébullition. Baisser le feu à doux. Couvrir et laisser mijoter pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient très tendres. Retirer du feu.
4. Réduire en purée à l'aide du mélangeur ou du mélangeur à main électriques. Ajouter le lait. Continuer à réduire en purée jusqu'à l'obtention d'un mélange lisse. Saler et poivrer au goût.
5. Réchauffer le potage au besoin. Garnir chaque bol d'un filet de crème, de pacanes et de persil frais.

Convivio[™]
Une coop qui porte fruit !

IGA
Château
Loretteville
Val-Bélair