Le consommé de panais pommes de terre et ail

Les ingrédients pour 4

- 300 grs de panais
- 250 grs de pomme de terre
- 4 cuillères à soupe de crème fraîche
- 3 belles gousses d'ail
- de l huile d olive
- du sel et du poivre
- 1/2 litre d'eau

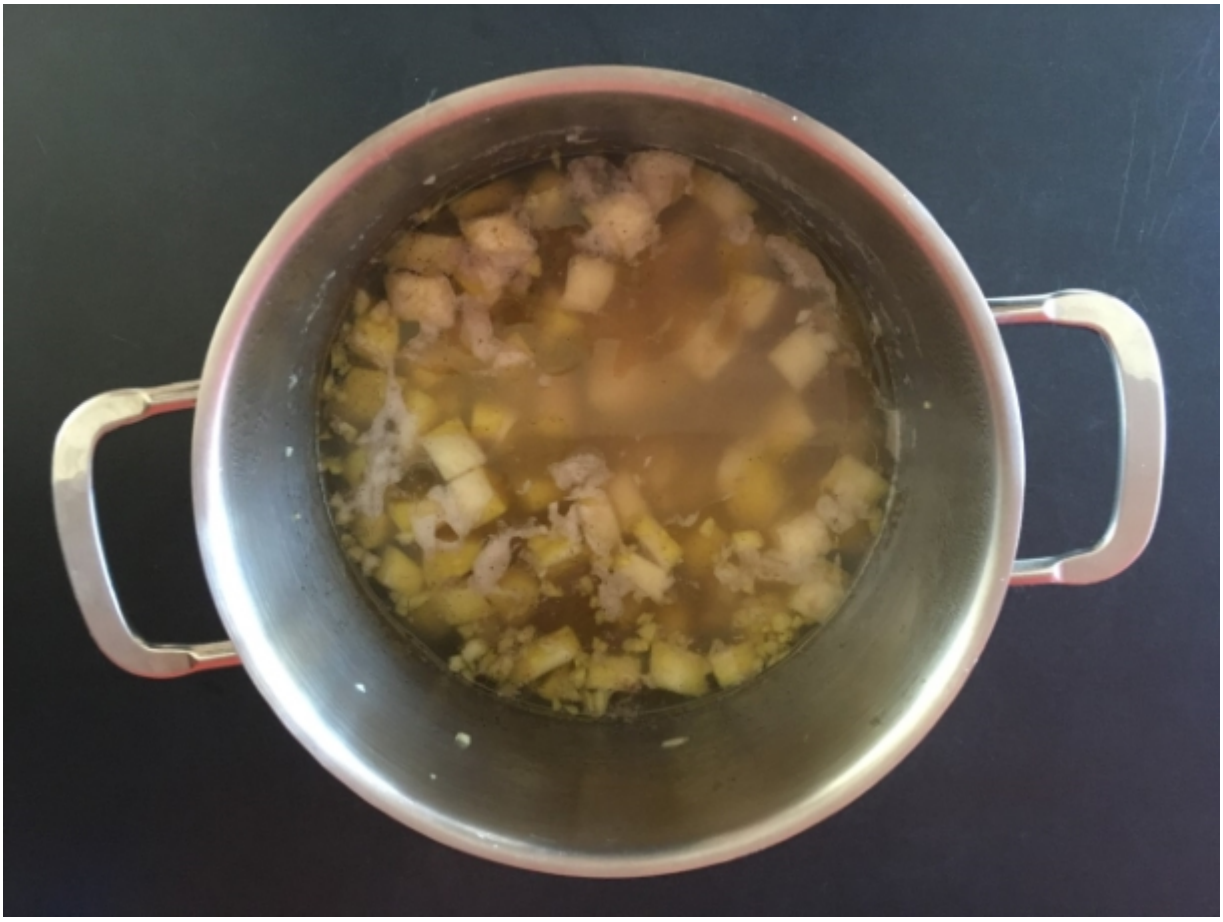




La préparation,

Un bon éplucheur et un bon couteau, et c’est parti: On épluche, on coupe en petits morceaux panais, pommes de terre et gousses d ‘ail.

On verse un fond d’huile d’olive dans la casserole, pour y faire revenir l’ail, puis on ajoute les légumes, on fait dorer le tout. C’est doré, on ajoute alors l’eau, le sel et le poivre, et on laisse cuire à 6 pendant 20 à 30 mins.





Un bon mixeur, et voila notre consommé prêt. Au besoin on ajoute un peu d’eau pour ajuster l’épaisseur du consommé.

On verse dans le récipient, on ajoute 1 bonne cuillère à soupe de crème fraîche et quelques graines, ici de lin. Pour les amateurs on peut aussi y glisser quelques copeaux de jambon cuit préalablement grillés à la poêle.