VELOUTE POTIMARRON

RIZ ROUGE

La recette

Ingrédients :

- 150 gr de riz rouge
- 1 kg de potimarron
- 1 oignon jaune
- 2 gousses d'ail
- 2 litres d'eau minimum
- 1 cube de bouillon de volaille
- Crème fraîche
- 1 CAS de Curcuma
- Sel, poivre
- Huile d'olive

Epluchez et coupez l'oignon et l'ail, faites revenir dans une grande casserole dans l'huile d'olive avec le potimarron coupé en morceaux mais non épluché.

Quand le tout a une belle couleur dorée, ajoutez le riz, un peu d'eau et le cube de bouillon de volaille, après 5 mn ajoutez le curcuma, recouvrez d'eau, salez, poivrez.

Portez à ébullition puis réduire et laissez mijoter environ 40 mn, piquez pour vérifier la cuisson du potimarron.

Mixez le potage si besoin ajoutez de l'eau en fonction de la consistance souhaitée, ajoutez la crème fraîche et remuez.

Servir très chaud, vous pouvez ajouter des herbes si vous le souhaitez.

Bon appétit, prenez soin de vous et restez vigilant.

Stéphane