

SOUPE DE PATATES DOUCES, MIEL, CITRON VERT ET GINGEMBRE



Ingrédients:

Pour 6 personnes

- 1000 ml lait écrémé
- 1 c à s miel
- 1 c à s Huile d'olive vierge
- 1 morceau d'oignon, émincé
- 3 morceaux de Patates douces, pelées et coupées en dés
- 1 c à s beurre demi-sel, fondu
- 1 pièce citron vert, 4 c à s de jus
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- 2 gousses d'ail, haché
- 1 morceau gingembre frais, finement haché

Les étapes

Préchauffer le four à 200° C.

Dans un plat allant au four, mélanger les dés de patates douces avec le beurre et le miel. Cuire jusqu'à ce que les patates douces soient dorées, environ 15 minutes.

Dans une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter les oignons, le gingembre et l'ail et faire revenir jusqu'à ce que le tout soit tendre, environ 8 à 10 minutes.

Ajouter les patates douces et le lait dans la casserole et porter à ébullition à feu moyen-vif. Réduire le feu et laisser mijoter, environ 8 minutes.

Retirer la soupe du feu et la réduire en purée avec un mixeur plongeur.

Avant de servir, assaisonner au goût avec du jus de citron vert, du sel et du poivre.