

Recette

SOUPE DE BETTERAVES

Type

Entrée ou plat

Temps

Préparation : 10 mn / Cuisson : 15 à 40 mn

Difficulté

Facile

Personnes

4

Ingrédients

- 3 betteraves crues
- 1 pomme de terre
- 1 oignon
- 1 courgette
- Sel ou bouillon cube



Etape 1	Epluchez les légumes
Etape 2	Faire cuire dans une grande casserole d'eau couverte (40 mn) ou dans une cocotte-minute (15 mn) en ayant ajouté le sel ou le bouillon cube
Etape 3	Vous pouvez ajouter une poignée de lentilles vertes ou corail pour la couleur
Etape 4	Mixer la soupe

Servez avec un peu de crème fraîche de 5 à 15% de matière grasse et des croûtons maison*

* Voir la recette des croûtons maison dans les « Recettes de Christelle »