

La recette. Velouté d'épinards et navet boule d'or

Ingrédients pour 6 personnes :

- 2 oignons
- 2 pommes de terre
- 3 panais
- 1 navet jaune
- 500g d'épinard
- 1 cuillère à soupe d'ail
- 2 bouillons cube
- 25 cl de lait
- Huile d'olive, sel et poivre

Coupez les oignons en lamelles. Épluchez les pommes de terre, les panais, le navet et coupez-les en cubes.

Dans un faitout, faites revenir les oignons dans l'huile et laissez-les blondir pendant 5mn puis ajouter les panais, les pommes de terre et le navet et les faire revenir.

Passez sur feu fort et rajouter le bouillon cube, l'ail et les épinards avec un peu d'eau. Quand les légumes sont cuits, ajoutez le lait puis mixez le tout.

Voilà un beau et bon velouté tout vert !