

Soupe de potimarron à la pomme et aux châtaignes

Une soupe sucrée-salée bien consistante que je réalise souvent en automne.



LES INGRÉDIENTS

(pour 6 à 8 personnes)

- 1 potimarron de taille moyenne
- 1 petit oignon rouge
- 1 échalote française
- 1 petite pomme
- 10 à 12 châtaignes
- Eau
- Sel

LES ÉTAPES

Dans un premier temps, brossez le potimarron. Coupez-le en 4. Épépinez-le. Coupez-le en gros morceaux.

Épluchez l'oignon et l'échalote. Coupez-les en 2 ou 4.

Rincez la pomme. Coupez-la en 4 et enlevez le trognons.

Coupez les châtaignes en 4 et prélevez la chair (avec ou sans la petite peau brune sur le pourtour de la chair blanche).

Déposez les fruits et les légumes dans une casserole.

Couvrez d'eau. Amenez à ébullition. Réduisez le feu et mettez un couvercle sur la casserole. Faites cuire pendant 30 à 45 minutes.

Mixez. Dégustez très chaude.

ET QUE DIRE DE PLUS ?

- N'épluchez pas la pomme, vous aurez davantage de vitamines.
- Le potimarron ne s'épluche pas. Sa peau est comestible.
- Décorez de fines tranches de pommes fraîches ou séchées.

© Les Papilles Estomaquées 2013

<http://papillesestomaquees.fr/soupe-de-potimarron-a-la-pomme-et-aux-chataignes/>