

soupe de courgettes

courgettes en morceaux 600 g

pommes de terre pelées coupées en morceaux

fromage blanc (Mme Loïk, Philadelphia, St Moret, etc) une grosse cuillère à soupe

cuire les légumes dans un fond d'eau 20 mn

ajouter le fromage blanc, saler, poivrer, mixer

servir chaud ou froid avec des croûtons aillés si on veut, ou avec des amandes ou noisettes grillées et concassées

suggestions : cumin, curry, noix muscade ; céleri-feuille (à cuire avec les légumes), estragon (à rajouter après)