

POTAGE AUX CAROTTES ET GINGEMBRE

Ingrédients : pour 4 portions

- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- 2 oignons hachés
- 10 carottes hachées
- 2 gousses d'ail, hachées
- 4 tasses (1 L) de bouillon de poulet (prévoir un peu plus si la texture est trop épaisse/dans mon cas, j'ai dû allonger)
- 2 c. à soupe (30 ml) de gingembre râpé finement
- 1 boîte (540 ml) de haricots blancs rincés et égouttés
- Sel et poivre au goût
- *Herbes salées au goût (mon ajout)*

Préparation :

1. Dans une casserole, faire chauffer l'huile à feu moyen doux; y ajouter les oignons et les faire cuire quelques minutes pour les attendrir.
2. Ajouter les carottes et l'ail et poursuivre la cuisson 1-2 minutes tout en mélangeant.
3. Verser le bouillon et ajouter les haricots. Assaisonner et porter à ébullition. Baisser le feu et laisser mijoter durant 20-25 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
4. Passer au pied mélangeur; si nécessaire, allonger d'un peu de bouillon supplémentaire.
5. Ajouter les herbes salées si désiré.
6. Réchauffer et servir.

Note : au service, vous pouvez ajouter un trait de crème si désiré.

Source : déclinaison-Cuisines collectives de la Montérégie

<https://static1.squarespace.com/static/59d4d61418b27de95fc38355/t/5a5e4ce8085229e66f1ff86f/1516129513354/potage+carottes+et+gingembre+%281%29.pdf>

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le lundi 6 mai 2019

<https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2019/05/potage-aux-carottes-et-gingembre.html>