



Potage bicolore de chou-fleur et courgette



Categoria

Receitas de Páscoa



Tempo de preparação

Rápido



Dificuldade

Fácil



Custo

Économique



Com quem?

En famille



Nº de pessoas

4 pessoas

Ingredientes



50ml Gallo Huile d'Olive
Vierge Extra Réserve

- 200gr oignon
- 50gr ail
- 300gr chou-Fleur
- 300gr courgette
- Sel et poivre au goût

1

Commencez par couper tous les légumes en petits morceaux.

2

Placez la casserole au feu doux avec l'huile d'olive et l'ail, l'oignon et le chou-fleur.

3

Couvrez et laissez braiser pendant environ 15 minutes.

4

Ensuite, versez l'eau, assaisonnez avec du sel et laissez bien cuire, jusqu'à ce que les légumes se défassent.

5

Après cuits, triturez bien et mettez de côté un peu de la soupe blanche.

6

Ajoutez la courgette au reste de la soupe et laissez cuire encore 5 minutes.

7

Après cuite, triturez encore une fois et assaisonnez, si nécessaire.

8

Servez en versant la soupe verte dans une assiette de soupe et, ensuite, la soupe blanche.

9

Finalisez avec un filet d'huile d'olive Gallo Huile d'Olive Vierge Extra Réserve et du poivre fraîchement moulu.



Dicas do Chef

Si vous voulez, décorez la soupe avec des petits morceaux de courgette et chou-fleur. Utilisez la soupe blanche pour dessiner des formes différentes sur l'assiette.

Produtos utilizados



Réserve

Huile d'Olive Vierge Extra



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide