Soupe au potiron

Recette de V-ZUG SA



Préparation	30 min
Temps de cuisson	35 min
Portions	4
Appareil	CombiSteamer V4000 45 à partir de 2021

Soupe de potiron crémeuse avec du potiron grillé et du curry - réchauffante, aromatique et délicatement piquante. Les croûtons au curry apportent une touche croustillante et sont un moyen idéal d'utiliser intelligemment les restes de pain.

Griller le potiron

800 g de potiron (p. ex. butternut), coupé en dés d'env. 3 cm

1 oignon rouge, en gros morceaux

1 piment rouge, égrené

2 gousses d'ail

2 cc de curry

1 cc de sel

100 g de pain, coupé en petits dés

1 cs d'huile d'olive

1 cc de curry

Soupe au potiron

800 ml de bouillon de légumes

200 ml de crème

Sel

Poivre

2 cs d'huile de pépins de courge ou huile d'olive

Griller le potiron

Préchauffer l’espace de cuisson à l’air chaud et à la vapeur à 230 °C. Répartir les dés de potiron, l'oignon, le piment et l'ail sur une plaque à gâteau recouverte de papier sulfurisé, assaisonner de curry et de sel. Insérer la plaque dans l’espace de cuisson préchauffé et cuire pendant env. 25 minutes. Mélanger le pain avec l'huile d'olive et le curry, poser sur la plaque à côté des légumes, continuer à griller pendant env. 10 minutes.

(Pré)chauffer l’enceinte de cuisson à 230 °C avec Air chaud + vapeur

Introduire l'aliment à cuire

Air chaud + vapeur 230 °C pendant 25 min

Ajouter les ingrédients

Air chaud + vapeur 230 °C pendant 10 min

Soupe au potiron

Mettre la courge grillée, les oignons, le piment et l'ail dans une casserole, ajouter le bouillon et la crème et porter à ébullition. Réduire la soupe en purée fine, saler et poivrer. Dresser la soupe, répartir les croûtons par-dessus, arroser d'huile.

Accessoires

Plaque à gâteaux

Informations complémentaires

Créée le	04.08.2025