

Soupe de carême 3 : velouté au céleri-rave et au poireau



1 c à soupe de beurre ou d'huile

1 gros oignon hâché

2 gros poireaux coupés en deux puis émincés

1 céleri-rave d'environ 700g, pelé et coupé en dés

1 pomme de terre coupée en cubes

1 carotte coupée en 4 puis en fines tranches

1,2l d'eau

1 feuille de laurier

Une bonne pincée de marjolaine séchée

Noix de muscade râpée, sel, poivre

Feuilles de céleri pour décorer

Faire revenir les oignons et les poireaux, dans le beurre ou l'huile. Ajouter le céleri-rave, la pomme de terre, la marjolaine, la carotte, le laurier et une bonne pincée de sel, ajouter l'eau et faire mijoter pendant 25 minutes. Enlever la feuille de laurier.

Mixer la soupe. Ajouter encore du sel, du poivre et de la muscade. Décorer avec quelques feuilles de céleri

Voilà une soupe pleine de vitamines et légère, bon appétit !