

# Velouté butternut & potiron

*Pour 6 personnes*

*Préparation : 15 min – Cuisson : 50 min*

## Ingrédients :

- 1 échalote
- 1 oignon
- 800g de courge butternut
- 800g de potiron
- Huile d'olive
- 1 cube de bouillon de volaille
- 50cl d'eau
- Graines de courge et de tournesol



*Ustensiles spécifiques : un blender ou un pied mixeur et une cocotte.*

[www.lesdelicesabelle.fr](http://www.lesdelicesabelle.fr)

## Réalisation :

- Faire revenir l'échalote et l'oignon émincés 5 min dans l'huile d'olive.
- Ajouter les courges épluchées, évidées et coupées en cubes grossièrement.
- Faire revenir 15 min.
- Ajouter le cube de bouillon et l'eau.
- Poursuivre la cuisson 30 min en mélangeant régulièrement.
- Mixeur l'ensemble et déguster sans attendre avec quelques graines.

*Bon appétit !!!!*