

*Soupes froides*

## Velouté froid de carottes au lait de coco

**1h05 20 min 45 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

**0**

REPOS

**185**

CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes**6 Carotte(s)****1 Oignon(s) rouge(s)****25 cl Lait de coco****1 Coriandre****1 litre(s) Bouillon de volaille****1 c. à café Gingembre en poudre****1 pincée(s) Curry****1 Sel****1 Poivre****Étape 1**

## Préparation du mélange

- 1 Peler les carottes, couper les extrémités puis les couper en rondelles. Réserver.
- 2 Eplucher et émincer finement l'oignon et réserver.
- 3 L'oignon rouge se marie à merveille avec les tomates, poivrons et carottes, s'accorde souvent avec les agrumes, les betteraves et les poissons marinés ou fumés.

**Étape 2**

## Cuisson

- 1 Faire chauffer une grande casserole à fond épais.
- 2 Verser l'huile d'olive. Ajouter les oignons et les laisser revenir légèrement avant d'ajouter les carottes. Mélanger.
- 3 Ajouter le gingembre, le curry et mélanger en détachant les sucs au fond de la casserole.
- 4 Ajouter le bouillon et remuer.
- 5 Assaisonner avec du sel et du poivre.
- 6 Couvrir et laisser cuire pendant 20 minutes à feu moyen.

### Étape 3

#### Mixage des ingrédients

- 1 Quand les carottes sont cuites, éteindre le feu et les mixer avec un mixeur plongeant.
- 2 Plonger le mixeur au fond de la casserole pour éviter les éclaboussures.
- 3 Ajouter le lait de coco, mélanger au fouet puis relancer la cuisson à feu vif.
- 4 Mixer une dernière fois jusqu'à l'obtention d'une mousse.

### Étape 4

#### Dressage

- 1 Verser le velouté dans des assiettes creuses.
- 2 Pour décorer, déposer une cuillerée de la mousse obtenue lors du dernier mixage et d'une tige de coriandre.