

avec Les Safraniers

JE CUISINE LE SAFRAN



Velouté de courgettes safrané

 6 Personnes
 Préparation 15 minutes

 Temps de cuisson
15 minutes

INGRÉDIENTS

- 500 g de courgettes
- 1 oignon
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- 2 cuillerées à soupe de fromage frais à l'ail et aux fines herbes
- 1 fromage de chèvre sec ou demi-sec
- Sel, poivre
- 20 filaments de Safran de Touraine



- Faire infuser le safran dans la crème fraîche quelques heures auparavant.
- Faire revenir l'oignon dans l'huile d'olive.
- Peler la courgette, la couper en dés et la faire cuire dans une casserole d'eau.
- Porter à ébullition et réduire le feu pendant 10 minutes.
- Égoutter sommairement puis passer au mixeur les oignons, la courgette, la crème fraîche et le fromage frais.
- Saler, poivrer.
- Servir à l'assiette, décorée de quelques morceaux de fromage de chèvre.