

🍷 Recette 🍷

② Vellutata di zucca e funghi porcini.

Velouté de courge et cèpes.

Description : La courge est un des légumes d'automne les plus appréciés en cuisine car peu calorique mais riche en vitamines. Sa consistance farineuse fait qu'elle est particulièrement adaptée pour préparer des soupes, des veloutés ou encore des gâteaux.

Ingrédients (pour 4 personnes):

- 500 gr de pulpe de courge rouge.
- 800 gr de pommes de terre.
- sel et poivre.
- 1 gousse d'ail.
- 1 litre de bouillon de légume (2 dés dans un litre d'eau chaude feront l'affaire).
- 250 ml de vin blanc.
- 1 échalote.
- 10 tranches de pain à griller.
- 150 gr de cèpes séchés.
- 6 cuillères d'huile d'olive extra-vierge.
- 1 cuillère à soupe de persil haché.

Préparation :

1. Pelez les **potatoes**, lavez-les bien et coupez-les en petits cubes. Ôtez l'écorce de la **courge**, ainsi que les filaments et les pépins internes, et coupez-la également en petits cubes.
2. Dans une grande casserole, versez ensuite **3 cuillères à soupe d'huile d'olive**, l'**échalote** finement hachée, la **courge** et les **potatoes**. Faites-les revenir à feu doux pendant 5 minutes en remuant fréquemment.
Ajoutez-y le **vin** et laissez-le s'évaporer. Ajoutez ensuite le **bouillon de légumes** chaud, le **sel et le poivre** et poursuivez la cuisson à feu doux pendant 30 minutes ou jusqu'à ce que la **courge** et les **potatoes** soient bien cuits.
3. Entre-temps, nettoyez les **champignons** en ôtant la terre et la partie finale du pied (si vous utilisez des champignons secs, il conviendra de les mettre dans l'eau chaude pendant environ 10 min.). Coupez ensuite le pied en petits cubes et le chapeau en lamelles. Placez-les ensuite revenir dans une poêle avec **2 cuillères à soupe d'huile d'olive** et **1 gousse d'ail**.
4. Faites-les revenir pendant 5 minutes à feu doux (si nécessaire, ajoutez 1 cuillère d'eau chaude) et rajoutez en fin de cuisson le **persil haché**, le sel et le poivre.
5. Mixez ensuite la courge et les pommes de terre jusqu'à obtention d'une purée lisse et homogène.
6. Si nécessaire, rajoutez un peu de sel ou poivre et servez ensuite le velouté dans des assiettes creuses en y versant un filet d'huile d'olive, des croûtons de pains grillés et les cèpes.

« Buon appetito !! ».