

Soupe de carottes et crostini aux carottes confites par Stéphanie Zosso



Recette pour env. 10 portions

Soupe de carottes

3 cs	de beleaf Butter Alternative
2	échalotes hachées
800 g	de carottes finement découpées
1,4 l	de bouillon de légumes
300 g	de beleaf Alternative à la Crème
300 g	de beleaf Boisson à base d'avoine
1 pincée	de sel, de poivre, de curry et de cumin

- Faire revenir les échalotes et les carottes dans le Butter Alternative.
- Assaisonner avec du sel, du poivre, un peu de curry et du cumin.
- Ajouter le bouillon de légumes.
- Faire cuire à feu doux, mixer et filtrer.
- Affiner avec l'alternative à la Crème et ajuster l'assaisonnement.

Garniture de la soupe

2 cs	de beleaf Butter Alternative
2	échalotes en petits dés
150 g	de carottes jaunes en petits dés
150 g	de carottes en petits dés
2 cs	de ciboulette hachée

- Faire revenir les échalotes, les carottes jaunes et les carottes dans le Butter Alternative.
- Retirer le tout, ajuster l'assaisonnement puis ajouter la ciboulette finement ciselée.

Carottes marinées

100 g	d'eau
100 g	de vinaigre de vin blanc
80 g	de sucre
14 g	de sel
8 g	de graines de moutarde
5	branches de thym
150 g	de carottes en fines tranches

- Faire bouillir tous les ingrédients, y compris le thym.
- Ajouter les carottes dans le liquide chaud, laisser reposer.

Crostini

10 x	tranches de pain/baguette
80 g	de beleaf Crème fraîche Alternative
40 g	de beleaf Spread
1 x	sel, poivre et huile d'olive

- Faire griller les tranches de pain dans l'huile d'olive et saler légèrement.
- Mélanger la Crème fraîche Alternative et le Spread, ajuster avec du sel, du poivre et de l'huile d'olive.

Dressage

- Disposer la garniture de soupe dans les assiettes et y verser la soupe.
- Tartiner les crostini et garnir de carottes marinées.
- Réchauffer légèrement le boisson à base d'avoine et la faire mousser à l'aide d'un mixeur plongeant, puis la verser sur la soupe.

Variation

Servir la soupe avec du poisson (p. ex. du saumon) ou de la volaille. Découper des morceaux de taille adaptée et les faire cuire dans la soupe en fin de cuisson jusqu'à ce qu'ils soient tendres.