

Recette Velouté de butternut, finger de patate douce aux épices

Temps : 20 min

Niveau : Moyenne

Personnes : 5

Ouvrez les portes d'un menu... hanté par la gourmandise !
Pour Halloween, surprenez vos convives avec une entrée festive et généreuse, pensée pour faire de chaque repas un moment aussi gourmand que frissonnant.

Préparation

Etape 1

Faire suer les oignons dans un peu de beurre, ajouter les cubes de butternut et la purée d'ail, mouiller à hauteur et laisser cuire 30 minutes.

Etape 2

Mixer la préparation puis crémier et assaisonner avec la coriandre et la noix de muscade. Réserver au chaud.

Etape 3

Déposer quelques dés de feta au fond d'une assiette creuse ou un bol et recouvrir avec le velouté.

Conseils

Option gourmande

Parsemer de pistaches hachées.

Ingrédients



2 kg Butternut en cubes



375 g Beurre



375 g Oignons



75 g Purée d'ail



500 g Crème épaisse



1 kg Patates douces



10 Feuille de brick



500 g Lentille corail



250 g Feta en dés



50 g Pistaches hachées



Epices

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	744
Matières grasses (g)	6,9
Dont acides gras saturés	10,9
Glucides (g)	14,6
Dont sucres	4,4
Protéines (g)	4,6
Sel (g)	0,31