Velouté chou carottes recette cookeo



Velouté chou carottes recette cookeo

Ingrédients

1demi chou vert

4 carottes

1 oignon

1 litre d’eau

1 cube de bouillon de votre choix

Curry

Sel

Poivre

Ail semoule

1 cuillère à soupe d’huile

Préparation

Coupez le chou et l’oignon en morceaux et les carottes en rondelles

Versez l’huile dans la cuve . Quand l’huile est chaude faites revenir les morceaux d’oignon

Saupoudrez du curry et d’ail semoule

Ajoutez les carottes et les morceaux de choux

Versez un litre d’eau.

Salez et poivrez selon votre convenance

Cuisson rapide ou sous pression

Programmez 12 min

Quand la cuisson est terminée mixez vos ingrédients et servez chaud