



# SOUPE AUX LÉGUMES ÉPICÉS



- 500 g de carottes
- 1 petite patate douce
- 1 oignon
- 1,5 cube de bouillon de légumes
- 80 cl d'eau
- 40 cl de lait de coco
- 2 CS d'huile d'olive
- 1 cc de curcuma
- 1.5 cc de gingembre en poudre
- 1 bâton de cannelle
- Sel
- Piment d'Espelette
- Coriandre fraîche
- Cacahuète (option)



Faire frémir 80 cl d'eau dans une casserole et y dissoudre le cube et demi de bouillon.

Peler la patate douce, les carottes et l'oignon.

Couper la patate et les carottes en petits morceaux et l'oignon en quartiers.

Déposer le tout dans la cocotte.

Ajouter toutes les épices puis verser par dessus le bouillon de légumes ainsi que le lait de coco.

Assaisonner en sel et en piment d'Espelette. Bien mélanger, couvrir et lancer la cuisson pendant 2h en position «élevée».

En fin de cuisson, ôter le bâton de cannelle puis mixer la soupe à l'aide d'un mixeur plongeant ou avec un blender.

Servir bien chaud parsemée de coriandre ciselée ou éventuellement de cacahuètes grillées et concassées.

**Pour apporter de la fraîcheur on peut arroser la soupe d'un peu de jus de citron.**

**Pour plus de gourmandise, arroser d'un filet d'huile d'olive au moment de la dégustation.**

