

Soupe de carotte à l'orange

Réalisation :

Difficulté : Facile

Cuisson : 20 minutes

Préparation : 40 minutes Coût : €



Ingrédients pour 4 personnes :

- 900 grammes de carottes*
- 1 oignon*
- 1 morceau de 2cm de gingembre (facultatif)
- 4 càc d'huile*
- 900 ml de bouillon de légume
- 100 ml de jus d'orange frais*
- Sel, poivre*
- $\frac{1}{2}$ càc de paprika

*Aliments disponibles dans les Caritas Buttek

Préparation :

Eplucher les carottes, l'oignon et le gingembre

Couper les légumes en petits morceaux

Dans une casserole, faire sauter légèrement le tout dans l'huile

Ajouter le bouillon et cuire pendant 20 minutes

Mixer la soupe et ajouter le jus d'orange frais et faire bouillir quelques minutes

Assaisonner de sel, poivre et paprika

Petite astuce : avant de servir, vous pouvez décorer de carottes râpées et de persil haché

Allergènes : aucuns allergènes présents

Bon appétit !