**Crème veloutée à l’ail et au safran**

**Ingrédients pour 4 personnes** :

* **7 à 8 gousses d’ail\***
* **25 cl de lait demi-écrémé\***
* **25 cl de crème liquide\***
* 1 capsule de safran
* 1 cuillère à café de Maïzena
* **Sel, poivre\***
* **8 cuillères à soupe de maïs en grains\***
* **4 cuillères à café d’huile d’olive\***
* 2 cuillères à café de vinaigre balsamique
* Quelques brins de ciboulette

\***Aliments disponibles dans les Caritas Buttek**

**Réalisation :**

Difficulté : Facile Cuisson : 15 minutes Préparation : 15 minutes Coût : €€

 

**Allergènes: 1- blé , 3- œufs, 7- lactose**

**Préparation** :

Eplucher les gousses d’ail et enlever le germe, puis les écraser.

Mélanger le lait et la crème liquide avec l’ail et porter le tout à ébullition.

Ajouter le safran.

Mélanger la Maïzena avec une cuillère à café d’eau froide, incorporer le tout à la préparation.

Saler et poivrer.

Fouetter le tout, puis laisser rebouillir.

Laisser infuser pendant 15 minutes et passer au chinois.

Verser 2 cuillères à soupe de maïs au fond de chaque assiette, recouvrir avec la crème veloutée.

Ajouter une cuillère à café d’huile d’olive et ½ cuillère à café de vinaigre balsamique.

Décorer de ciboulette ciselée.

****

 **Bon appétit !**