

Velouté de cresson prêt en 20 minutes

Savourez ce velouté de cresson prêt en 20 minutes. Le Cresson est riche en fer, en vitamines C et B9, en fibres et phosphore et surtout très peu calorique. La recette est très simple et rapide.

Portions : 4 Pers.

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 10 minutes

2 bottes de cresson

3 pommes de terre de taille moyennes

1 noisette de beurre

Environ 1,5 litres d'eau

20 cl de crème fraîche liquide

1 échalote ou 1 oignon

Sel

Poivre du moulin



Éplucher, laver et couper en petits morceaux les pommes de terre. Éplucher et émincer l'échalote ou l'oignon.

Laver les 2 bottes de cresson. Couper les tiges.

Faire chauffer le beurre dans votre cocotte. Ajouter et colorer l'échalote ou l'oignon.

Déposer le cresson et le faire fondre 5 mn. Mélanger. Couvrir d'eau. r

Ajouter les pommes de terres coupées en morceaux. Les faire cuire 10 min à l'autocuiseur ou 15 min dans une casserole d'eau.

Versez la crème fraîche liquide. Mixer. Saler, poivrer selon votre goût. Déguster.