

Velouté cru aux pousses printanières d'ortie et feuilles de violette

Ingrédients pour 4 personnes

1 gros oignon
2-3 gousses d'ail
2-3 cuillerées d'huile d'olive
1 saladier de pousses d'ortie
1 gros bol de feuilles de violette
1 l d'eau bouillante
Sel

Préparation

Faire revenir doucement dans l'huile d'olive l'oignon et l'ail émincés jusqu'à ce qu'ils aient bien fondu et doré.

Ajouter alors dans le fait-tout les pousses et feuilles, et couvrir aussitôt avec l'eau bouillante.

Saler, laisser à peine frémir une minute puis couper le feu.

Mixer à l'aide d'un mixeur plongeant.

Servir sans attendre.

Recette : Martine Desbureaux et Pascale Burel