

# RECETTE

## Velouté de pois cassés



4 personnes



## Ingrédients :

- 250g de pois cassés
- 1L de bouillon de légumes (ou 1 cube pour 1l)
- 2 petites carottes
- 1/2 oignon
- Facultatif: 1 poireau coupé en morceaux
- 3 c.à.s d'huile d'olive
- Sel, poivre

## Préparation :

1. Faites revenir l'oignon dans une casserole avec un peu d'huile d'olive pour le faire suer.
2. Ajoutez les carottes préalablement épluchées et coupées en morceaux. Faites de même avec le poireau si vous souhaitez en mettre.
3. Ajoutez les pois cassés secs et simplement rincés (sans pré-trempage). Mélangez bien.
4. Salez et poivrez.
5. Ajoutez le bouillon de légumes et laissez cuire 40 à 45min jusqu'à ce que les pois cassés et les carottes soient bien cuits.
6. Surveillez et ajoutez de l'eau si nécessaire (si les pois ont tout absorbé, par exemple, mais ne sont toujours pas cuits)
7. Mixez au blender ou au mixeur plongeant et dégustez !

