Soupe de courgettes et chèvre frais

La température a bien baissé. Et le temps des soupes est revenu !

Alors quoi de mieux qu’une soupe réconfortante aux courgettes, avec du chèvre frais pour la douceur ?

Pour 5/6 personnes : 4 belles courgettes – 1 oignons – 1 tomate coeur de boeuf – 1 bouillon cube – 3CS de crème fraiche épaisse – 4CS de chèvre frais (type petit billy) – 1CS d’huile d’olive – Sel/poivre

Dans une marmitte, faites chauffer l’huile d’olive.

Pendant ce temps, lavez, taillez l’ensemble de vos légumes.

Détaillez-les en cubes de taille équivalente. Faites-les revenir dans l’huile chaude pendant 5/6min.

Faites chauffer de l’eau dans une bouilloire.

Versez l’eau bouillante sur les légumes. Couvrez à +1cm environ. Ajoutez le bouillon cube et mélangez pour le dissoudre.

Ramenez à ébullition, puis baissez à feu moyen et laissez mijoter environ 30min.

A l’aide d’un blender, mixez votre soupe en ajoutant la crème et le chèvre. La texture doit être onctueuse et pas trop liquide.

Servir bien chaud, avec des croutons par exemple

Röstis pommes de terre/courgettes

Pour 4 personnes : 4 pommes de terre moyennes – 1 petite courgettes – 2 oeufs – 100g de farine blanche.
Râpez au robot (ou manuellement) les pdt épluchées et la courgette lavée. Réservez.
Battez les oeufs en omelette. Assaisonnez votre farine avec du sel et du poivre.
Dans un saladier, mélangez ensemble les légumes râpés, la farine et les oeufs. Si vous trouvez votre mélange trop « baveux », ajoutez un peu plus de farine.
Faites des boules plates avec un peu de votre mélange.
Pour la cuisson, au choix :
– sur papier cuisson : 45min dans un four à 200°
– frit : dans une sauteuse avec de l’huile à friture jusqu’à ce qu’ils soient bien dorés.