

# Velouté au céleri-rave et au poireau, croustade aux champignons

Avec de la crème fraîche

Voici une soupe réconfortante, mais aussi très fraîche et onctueuse. Le céleri-rave et le poireau accompagnent formidablement bien la croustade de champignons fraîchement sortie du four!



40-45 min



facile





plaît aux enfants



















Ingrédients	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Oignon (pc)	1/2	1	11/2	2	21/2	3
Pommes de terre Frieslander (g)	100	200	300	400	500	600
Céleri-rave (pc) 9)	1/4	1/2	3/4	1	11/4	11/2
Poireau (pc)	1/2	1	11/2	2	21/2	3
Croustade aux champignons (pc) 1) 3) 7) 13) 22) 25)	1	2	3	4	5	6
Crème fraîche (cs) 7) 15) 20)	2	4	6	8	10	12
Huile d'olive (cs)*	1	1	1	2	2	2
Cube de bouillon de légumes (pc)*	3/4	11/2	21/4	3	3¾	41/2
Moutarde (cc)*	1	2	3	4	5	6
Poivre et sel*	Selon le goût					

## À ajouter vous-même

#### Allergènes

1) Gluten 3) Œufs

7) Lait/lactose 9) Céleri

13) Lupin

Peut contenir des traces de 15) gluten, 20) soja, **22)** noix et **25)** sésame.

#### **Ustensiles**

Marmite à soupe avec couvercle, plaque recouverte de papier sulfurisé, mixeur plongeant

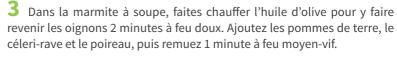
### Valeurs nutritionnelles

	Énergie kJ/kcal	Lipides (g)	Dont saturés (g)	Glucides (g)	Dont sucres (g)	Fibres (g)	(g)	Sel (g)
Portion *	3000 / 717	37	20,3	69	9,4	18	17	6,3
100 g **	283 / 68	3	1,9	7	0,9	2	2	0,6



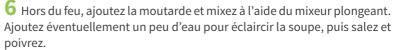


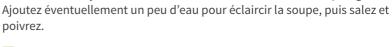
- Préchauffez le four à 180 degrés et portez 500 ml d'eau par personne à ébullition pour la soupe.
- Émincez l'oignon. Épluchez les pommes de terre (Frieslander) et découpez-les grossièrement. Épluchez le céleri-rave et taillez-le en morceaux de 2 cm. Coupez les poireaux en rondelles.





- 4 Ajoutez ensuite 400 ml d'eau de cuisson par personne, émiettez le cube de bouillon au-dessus de la marmite et portez à ébullition à couvert. Laissez mijoter la soupe 13 à 15 minutes.
- 5 Sortez la croustade de sa barquette et enfournez-la sur une plaque recouverte de papier sulfurisé pendant 18 à 20 minutes.







Versez la soupe dans les bols. Garnissez-la de crème fraîche et accompagnez-la de la croustade.

