Soupe d'épinards et pommes de terre

Une soupe vert profond et très douce, où la pomme de terre apporte l'onctuosité et la noix de muscade le petit parfum qui fait la différence.

4 personnes	10 min préparation	20 min cuisson	30 min au total	facile niveau

Ingrédients

- 400 g d'épinards frais ou surgelés
- 3 pommes de terre
- 1 oignon
- 15 g de beurre
- 700 ml d'eau
- 1 cube de bouillon de légumes
- 1 pincée de noix de muscade

Préparation

1. Éplucher les pommes de terre et les couper en dés.
2. Mettre l'oignon et le beurre dans le bol et hacher.
   5 sec / vitesse 5
3. Faire revenir.
   3 min / 100°C / vitesse 1
4. Ajouter les pommes de terre, l'eau et le bouillon, puis cuire.
   15 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse
5. Ajouter les épinards et cuire encore.
   5 min / 100°C / vitesse 1 / sens inverse
6. Ajouter la muscade et mixer.
   1 min / vitesse 10

Le conseil de Tiha
Si tu utilises des épinards surgelés, pèse-les décongelés et bien égouttés.

Conservation : 2 jours au réfrigérateur.