

Régal

Soupe de châtaignes aux graines de sésame noir

Par Régal



Niveau de difficulté

Facile

Coût

Bon marché

Temps de préparation

20 min

Temps de cuisson

40 min

Catégories : Entrées, Légumes, Plats, Saison

Découvrez comment réaliser facilement une recette de soupe de châtaignes aux graines de sésame noir en suivant les étapes simples de notre préparation. Une délicieuse entrée qui plaira à tous !

Pour 6 personnes

Ingédients

Pour la recette de la soupe de châtaignes aux graines de sésame noir :

600 g Courge
450 g Châtaigne en conserve
30 cl Crème liquide
25 g Beurre
2 c. à soupe Graine de sésame noir
Muscade
Sel et poivre du moulin

Réalisation

- 1 Comencez cette **recette de soupe de châtaignes aux graines de sésame noir** en épluchant la courge. Épépinez-la et coupez-la en dés. Égouttez les châtaignes.
- 2 Réservez une douzaine de **châtaignes**. Mettez le reste avec les dés de courge dans une casserole et couvrez d'eau à hauteur. Portez à ébullition, couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 30 min.
- 3 Retirez la casserole du feu, salez et poivrez, ajoutez un peu de muscade et mixez finement. Remettez la casserole sur feu très doux et ajoutez la moitié de la **crème et le beurre** en remuant. Maintenez au chaud.
- 4 Faites chauffer une poêle antiadhésive sans matière grasse et faites dorer le reste **les châtaignes** quelques instants.
- 5 Répartissez la **soupe** dans des bols, ajoutez le reste de crème, les châtaignes dorées et saupoudrez de graines de sésame noir. Servez aussitôt.

Si vous avez aimé notre soupe de châtaignes aux graines de sésame noir...

- Vous aimerez aussi notre **velouté châtaignes-potimarron**
- Notre **crème de châtaigne à la truffe**