

# Velouté aux orties

swissmilk

## Ingrédients

4 portions

- 50 g de jeunes orties, rincées, hachées
- 250 g de pommes de terre épluchées, coupées en dés
- 1 oignon haché
- 2 gousses d'ail hachées
- 7 dl de bouillon de viande
- 1 dl de crème entière
- 2 cs de jeunes orties rincées, hachées



## Préparation

Préparation: 10min

Cuisson: 30min

Temps total: 40min

1. Mettre les orties, les pommes de terre, l'oignon et l'ail dans une marmite. Arroser de bouillon et laisser frémir durant 30 minutes.
2. Ecraser les pommes de terre avec un pilon à purée. Ajouter la crème et rectifier l'assaisonnement. Parsemer d'orties hachées et servir immédiatement.

Que peut faire le lait condensé? Voici nos conseils et nos faits.

---

Par portion: Énergie: 582kJ / 139kcal, lipides: 9g, glucides: 12g, protéines: 3g