

Velouté de courgettes au chèvre frais

Ingrédients pour 4 personnes :

4 courgettes moyennes
1 oignon
100 g de chèvre frais
Sel, poivre
20 g de beurre
1 cuillère à soupe d'huile

Préparation :

Râper les courgettes et l'oignon.
Dans une sauteuse faire fondre le beurre, ajouter l'huile, y mettre les légumes, les faire revenir à feu doux 15 minutes, saler, poivrer.
Couvrir d'eau, laisser cuire 20 minutes.
Ajouter le fromage.
Mixer.
Rectifier l'assaisonnement.

Servir chaud

<http://deliceyes.over-blog.org>