

# Velouté de carottes et panais

## Ingrédients pour 2 personnes

- 3 carottes
- 2 panais
- 500 ml d'eau
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche à 15% de matière grasse.
- 1 cuillère d'huile d'olive
- 1 pincée de cumin moulu
- Sel et poivre.

## Préparation

1. Eplucher les carottes et les panais puis les couper en rondelles pas trop épaisses
2. Faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse puis faire revenir les légumes une dizaine de minutes en remuant régulièrement.
3. Ajouter l'eau puis couvrir. Laisser mijoter 15 à 20 minutes en vérifiant la cuisson
4. Verser le tout dans le bol d'un blender, ajouter la crème et mixer jusqu'à l'obtention d'une texture bien lisse.
5. Reverser le tout dans une casserole, ajouter le cumin, le sel, le poivre et mélanger.
6. Réchauffer votre velouté quelques minutes sur feu doux et servir immédiatement.