

Velouté de potimarron vert aux pépites d'émeraudes

Ha... Le **potimarron**...

Je l'ai testé **cru** ([en tartare, ici](#)), en **velouté tout épice doux** ([ici](#)), en **galette végétale** ([ici](#)), et même en **légumaise** ([là](#)).

Et, je dois dire que sur ces 4 recettes, mes 3 préférées sont signées de Valérie Cupillard : toutes les 3 simples, délicieuses & rapides.

Voici une autre recette avec du **potimarron**... vert cette fois-ci (*comme la légumaise d'hiver*), et signée Valérie Cupillard.

Pour cette recette tirée de [Légume bio, mode d'emploi](#), j'ai effectué 3 petits changements :

- j'ai supprimé la présence de persil (frais)
- j'ai supprimé la présence de lait d'avoine (je n'en avais pas à la maison, alors, j'ai remplacé par de l'eau)
- j'ai rajouté des graines de courge, au moment de servir



Ingédients :

- 200 g de purée de potimarron vert (cliquez ICI pour découvrir des astuces sur comment le découper, le cuire, et le conserver)
- la partie verte d'une feuille de blette
- une poignée de graines de courge (ou de tournesol, selon votre goût)

Préparation :

1. Faites chauffer votre purée de potimarron vert doucement dans une casserole à fond épais, avec environ 150 ml d'eau (*plus vous mettrez d'eau, plus le velouté sera liquide. Si vous désirez une texture plus onctueuse & épaisse, mettez moins d'eau*).
2. Lorsque la purée est chaude : rajoutez les feuilles de blettes préalablement lavée, dans la casserole.
3. Laissez cuire à feu très doux, 5 à 10 minutes.
4. Versez le tout dans votre mixeur, et mixer.
5. Versez dans une assiette à soupe, et juste avant de servir, glissez quelques graines de courge.

La **texture** de ce velouté est bien **onctueuse**. Les graines de courge donnent un petit **croquant sympathique**.

Le **goût** est... bah... j'suis pas objective. C'est du potimarron, alors, j'aime !

Les feuilles de blettes apportent un **petit côté acidulé**.

Doux grâce au potimarron, la présence de la feuille de blette permet de donner une texture un peu moins épaisse, et un **petit côté acidulé**.