

Potage au potimarron vert

Ingrédients :

- ✓ Un demi-potimarron vert bio / Les fermiers De La Dombes à Villars Les Dombes
- ✓ 10 cl de crème liquide bio / Carrefour, Union Européenne
- ✓ 1 oignon bio / Les fermiers de La Dombes à Villars Les Dombes
- ✓ 1 gousse d'ail bio / La carotte qui dépoté à 42340 Veauchette
- ✓ Sel / La vie claire, Guérande
- ✓ Poivre



Recette :

Cuire le demi-potimarron vert préalablement coupée en morceau, l'oignon et l'ail à la vapeur pendant 30min.

Mixer le potimarron vert (avec ou sans la peau), l'oignon et l'ail.

Ajouter la crème liquide. Saler et poivrer.

Empreinte carbone / couvert : 434 gCO₂e

Coût du plat / couvert : 0.60€