

Carottes & oranges



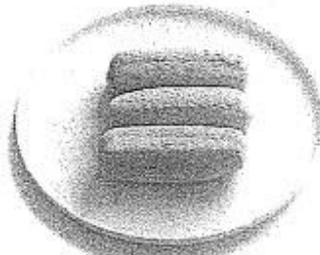
carottes
750 g



oranges
x 2



bouillon de légumes
1 l



quenelles nature
x 4



ciboulette
x ½ botte



beurre
15 g



prêt en 25 minutes



20 minutes de cuisson



pour 4 personnes

- Faire dorer les quenelles 10 minutes avec le beurre dans une poêle à feu doux. Les couper en rondelles.
- Éplucher et couper les carottes en rondelles. Ciseler la ciboulette. Éplucher les oranges et prélever les suprêmes.
- Porter à ébullition le bouillon avec les carottes puis laisser mijoter 20 minutes. Mixer les carottes et les oranges avec 300 ml de bouillon puis ajuster selon la consistance souhaitée. Saler et poivrer.
- Verser dans des bols, ajouter les quenelles et la ciboulette.