Le velouté de potiron au dés d'agneau

12/11/2014 à 13h23

Par Paul Blouet

Temps de préparation : 6 min

Temps de cuisson : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 400 g d'agneau
- 1kg de potiron
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 filet de crème
- Pluches

Préparation :

- Epluchez le potiron, coupez-le en morceaux, mettez à cuire avec de l'eau à niveau. Salez. Une fois cuit, retirez la moitié de l'eau et gardez-la de côté, mixez et ajoutez l'eau de cuisson si nécessaire pour avoir une consistance onctueuse. Crémez et vérifiez l'assaisonnement ;
- Pendant ce temps, faites sauter les dés d'agneau avec un filet d'huile d'olive. Assaisonnez de sel et poivre, débarrassez dans une passoire, épongez un peu avec du papier absorbant pour enlever le gras et jus de cuisson. Posez les dés d'agneau dans le fond de l'assiette creuse et versez le velouté de potiron ;
- Agrémentez de quelques pluches de cerfeuil.

L'astuce du chef :

Vous pouvez remplacer le potiron par du potimarron ou courge et tous les autres cucurbitacées.