# Soupe potiron et fenouil

*20/12/2016 à 09h52*

Par Cathy Selena

Temps de préparation : 5 min

Temps de cuisson : 20 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 200 gr de potiron;
- 50 gr de racines de fenouil

Préparation :

- Epluchez et coupez le potiron en morceaux.
- Faites-les cuire dans l'eau salée durant 10 minutes.
- Faites infuser les racines de fenouil durant 10 minutes  dans 1 litre d'eau à température d’ébullition.
- Mixez le potiron avec 50 cl d'infusion de fenouil. C'est prêt !

L'astuce du chef :

Buvez votre infusion de fenouil pour drainer l'organisme et réguler votre transit intestinal.