

Soupes et entrées, Recevoir en toute simplicité

# Soupe de potiron avec ses croutons

Par [Marc Fosh](#)

Temps total :

30 mn

Parts :

4

## Ingrédients

### Ingrédients pour la soupe

- 1/2 kg de potiron
- 2 carottes
- 1 pomme de terre
- 1/2 oignon
- 3/4 l de bouillon de poulet ou de légumes
- 4 c. à soupe de crème liquide
- sel
- romarin
- poivre

### Ingrédients pour les croutons

- 3 tranches de pain durs ou biscottes
- romarin
- herbes aromatiques fraîches

## Méthode

Préparation :

0

Cuisson :

0

Parts :

4

Difficulté :

[Missing text '/recipes/details/difficulty' for 'French (France)'] 1

1. Pour les croutons : couper le pain en cubes. Dans un bol, mélanger l'huile d'olive, le romarin, les herbes aromatiques fraîches. Disposer les sur une plaque les cubes de pain et verser le contenu du bol par dessus. Déposer la plaque dans le four à 180 degrés pendant 10 minutes. Surveiller la cuisson. Sortir les croutons dès qu'ils sont dorées.
2. Pour la soupe : épucher et couper en dés le potiron, les carottes, la pomme de terre et l'oignon. Placer le tous dans une grande casserole (ou dans une cocotte minute). Salez et poivrez.
3. Ajouter le bouillon. Assaisonner avec le romarin et faire cuire les légumes à feu moyen jusqu'à qu'ils soient tendre.
4. Ajouter la crème et mixer à l'aide de votre mixeur plongeant.
5. Server la soupe dans des bols et agrémenter avec un peu de crème et de croutons.

Riche en vitamine A, le potimaron a des propriétés antioxydantes.

Vous pouvez également réaliser cette recette avec du potiron ou de la courge.