

Soupe de carottes à l'aneth

Entrée

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 40 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 2 cubes de bouillon de poulet
- 600 g de carottes
- 1/2 cuillère à thé de thym séché émiété
- 4 cuillères à soupe de yaourt nature 0%
- 1 cuillère à soupe d'aneth haché
- Sel & poivre

Préparation de la recette :

Pelez et hachez l'ail et l'oignon, puis hachez-les. Faites-les revenir 5 minutes dans une casserole avec une cuillère à soupe d'eau.

Epluchez les carottes et coupez-les en cubes.

Délayez les cubes de bouillon dans 1 L d'eau chaude. Portez à ébullition, puis ajoutez les carottes et le thym. Laissez frémir sans couvrir pendant 40 min.

Mixez la soupe, puis salez et poivrez. Décorez d'une cuillère à soupe de yaourt.

Si vous la servez chaude, versez dans des bols et garnissez d'aneth. Si vous la servez froide, laissez-la refroidir à température ambiante puis au réfrigérateur et garnissez juste avant de servir !