

# SOUPE CAROTTES/BUTTERNUT A L'ANANAS ET AU GINGEMBRE



Préparation : 15' + 40' de cuisson

Matériel : 1 plaque de cuisson + 1 faitout ou cocotte

## Ingrédients pour 8 personnes :

- 250 g de carottes
- 250 g de butternut
- 2 oignons
- 2 cc gingembre haché (1 morceau gros comme le pouce)
- 1 litre d'eau
- 1/2 ananas frais ou 1 boîte d'ananas en tranches
- 1 cc huile d'olive
- sel, poivre

## Préparation

- éplucher les carottes et la butternut et les couper en dés
- éplucher et émincer les oignons
- éplucher l'ananas si frais et le couper en morceaux
- dans une cocotte, faire revenir les oignons dans l'huile en remuant de temps en temps ; Ajouter le gingembre finement haché et le laisser revenir quelques minutes
- ajouter les carottes, la butternut et l'eau et saler.
- Amener à ébullition puis diminuer le feu et laisser cuire environ 30' jusqu'à ce que les légumes soient vraiment tendres. Ajouter l'ananas et mixer le tout, en ajoutant un peu d'eau si nécessaire.
- Rectifier l'assaisonnement