



Soupe Carotte Coco

Réalisée par le collège habitant.e.s lors de l'assemblée générale de VRAC

Ingredients

5 carottes de taille moyenne

200 ml de lait de coco

1 cuillère à café de curcuma ou de gingembre

1 cuillère à café de piment doux

un peu de sel

Des amandes concassées



Préparation

- Lavez et pelez les carottes. Coupez les en tronçons assez fins. Placez les dans une casserole, recouvrez les d'eau et placez sur le feu. Salez et arrêter le feu quand les carottes sont cuites !!!
- Ajoutez le lait de coco, le curcuma et le piment. Mixez le tout et placez au réfrigérateur au moins 2 heures.

