

À FAIRE POUR VOTRE ENFANT

POUR 4 BONNES ASSIETTES :

- 1 belle tranche de potiron
- 1/2 cube de bouillon
- 3 carrés de fromage frais (ou 3 cuillères à soupe)
- 50 g de petits pois surgelés
- 1 cuillère à café de sauce tomate
- 1 cuillère à café de crème fraîche



Conception : Anne Chiumino. Photo : Émile Chiumino.

- 1** Détailler la chair du potiron en gros dés, les mettre dans une casserole, couvrir d'eau à hauteur et faire cuire 20 min avec le demi cube de bouillon.
- 2** Faire cuire les petits pois à l'eau bouillante pendant 3 min puis les égoutter. Hors du feu, mixer la soupe avec le fromage frais.
- 3** Verser la soupe dans chaque assiette, puis décorer avec les petits pois, la crème et la sauce tomate... Miam !

On peut aussi décorer avec des tomates cerises, des petits croûtons, et des petits morceaux de jambon !