

# Potage de patate douce à la tomate

APPORTS NUTRITIONNELS PAR PERSONNE



**PRÉPARATION** : 25 minutes / **CUISSON** : 35 minutes

## Ingrédients pour 6 personnes

400 g de patates douces à chair blanche (si possible)  
75 cl de bouillon de bœuf dégraissé  
1 oignon moyen  
15 g de beurre  
3 tomates moyennes bien mûres (ou en conserve)  
1 petit bouquet de coriandre fraîche  
Sel, poivre du moulin

**1.** Pelez et lavez les patates douces, coupez-les en tranches. Mettez-les dans une casserole avec le bouillon, portez à ébullition, couvrez et faites cuire 20 mn sur feu doux. Égouttez les patates douces, réservez le bouillon.

**2.** Pendant la cuisson des patates douces, pelez les tomates après les avoir plongées quelques secondes dans l'eau bouillante. Épépinez-les et hachez-les grossièrement.

**3.** Hachez finement l'oignon. Faites-le blondir dans le beurre sur feu doux pendant 10 minutes, ajoutez les tomates et faites fondre le tout pendant 5 minutes. Versez ce mélange dans le bol d'un robot ou d'un blender, ajoutez les patates douces et réduisez le tout en purée fine. Allongez avec le bouillon jusqu'à obtenir la consistance voulue, puis reversez le tout dans la casserole. Poivrez, rectifiez l'assaisonnement en sel et faites réchauffer doucement. Hachez grossièrement la coriandre et garnissez-en la soupe juste avant de servir.

## L'ASTUCE DE CHEF

Ce potage brésilien vous surprendra par la finesse de sa saveur. Le bouillon peut être obtenu à partir d'un cube, et la patate douce à chair blanche est préférable car son goût est moins sucré que celui de la patate douce à chair orangée. La coriandre est facultative mais elle donne un goût encore plus raffiné.

