



CRÈME de CHOU-FLEUR, **KALE et POIRE**

Avant de partir en vacances, je voulais vider mon frigo et j'avais un reste de chou-fleur et de chou kale. J'ai donc pensé mélanger les deux pour en faire un délicieux potage. J'y ai ajouté des poires pour adoucir le tout et donner un goût juste assez sucré. Bref, cette soupe est très surprenante, surtout considérant combien il est facile de la préparer!

INGRÉDIENTS

- 1 gros oignon, coupé en dés
- 2 gousses d'ail hachées
- 1 chou-fleur
- 3 feuilles de chou vert frisé (kale) sans la tige
- 3 poires bien mûres
- 900 ml de bouillon de poulet ou de légumes
- 1/2 tasse de crème 35% ou crème de soya
- Sel & poivre

PRÉPARATION

1. Dans un grand chaudron, faire revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile d'olive, environ 10 minutes.
2. Ajouter le chou-fleur coupé en morceaux grossiers et le bouillon. Cuire jusqu'à ce que le chou-fleur soit attendri, soit environ 10 minutes.
3. Ajouter les poires (sans les noyaux, bien sûr!) et les feuilles de kale, assaisonner et faire cuire un autre 5 minutes.
4. Verser le tout dans un mélangeur, passer en purée et servir!

NOTES