

4 personnes

Velouté de mâche

500 g de mâche  
2 courgettes  
2 échalotes  
30 cl de lait  
20 g de beurre  
Sel. Poivre.

Laver et essorer la mâche.

Rincer les courgettes, puis couper leurs extrémités. Les détailler en fines rondelles.

Eplucher et émincer les échalotes.

Dans une sauteuse, faire chauffer le beurre, ajouter les échalotes, les laisser blondir en remuant. Puis, mettre la mâche et les rondelles de courgettes.

Mélanger avec une cuillère en bois pendant 2 à 3 mn.

Verser ensuite 30 cl d'eau chaude et saler, poivrer.

Laisser cuire pendant 15 mn.

Passer au mixeur. Voir l'assaisonnement.  
Chauffer le lait et mélanger. Servir.