



RAGOÛT DE MAÏS VÉGÉTARIEN

Ingrédients

Pour 4 personnes

6 càs de beurre
1 oignon en dés
1/2 céleri en dés
6 càs de farine tout usage
2 boîtes bouillon légumes
2 boîtes de maïs en crème
1 boîte de maïs à grains entiers
2 càs de carottes râpées
340g de crème
250g de lait écrémé
1/2 càc de muscade moulue
1/4 càc de poivre noir moulu
1 pincée de sel

Étapes

- 1.** Dans une grande casserole à feu moyen, faire fondre le beurre. Cuire les oignons et le céleri dans le beurre 3 minutes.
- 2.** Incorporer la farine et cuire 6 minutes de plus, jusqu'à ce qu'elle soit légèrement dorée.
- 3.** Incorporer le bouillon et laisser mijoter 10 minutes.
- 4.** Incorporer la crème de maïs, le maïs, la carotte, la crème, le lait, la muscade, le poivre et le sel. Laisser mijoter à feu doux 10 minutes de plus.