

SOUPE AU CHOU-FLEUR CÉTO

Une portion **4**
:
Temps de **10** Procès-
préparation verbal
:
Temps de **30** Procès-
cuisson : verbal
Temps total **40** Procès-
: verbal

INGRÉDIENTS

- **½ tête de chou-fleur**
-
- **½ poivron rouge**
- **1 cuillère à café de sel**
- **1 cuillère à café de poivre**
- **1 cuillère à soupe de beurre**
- **1 cuillère à soupe de parmesan**
- **1 cuillère à**

café d'herbes

DIRECTIONS

1. **Dans une casserole, faites fondre le beurre, ajoutez le chou-fleur et faites-le cuire. jusqu'à ce qu'il soit mou**
2. **Reti retirer de la casser C et réserver**

3. Faire fondre le beurre et faire sauter le poivron

- 4. Dans un robot culinaire, ajoutez le mélange de chou-fleur, le poivre et faites cuire pendant 4-5 minutes.**
- 5. Assaisonnez avec du sel et du poivre**
- 6. Garn Garn Garn Garnir de par parmesan et servir**