

CREME DE COURGETTES CRUES AU CURCUMA

[Source : www.grattesevelle.com](http://www.grattesevelle.com)

Pour 6 personnes

Temps de préparation : 10 min

Ingrédients

6 petites courgettes

20 cl de crème de soja

1 demi petite cuillère de poudre de curcuma ou 3 cm de racine de curcuma frais

1 bouquet de cerfeuil frais

Fleur de sel

Poivre

Huile d'olive

Préparation

Laver, essuyer et couper les extrémités des courgettes.

Les couper en cube et les mettre dans un blender ou un mixer (si vous possédez un Thermomix, vous pouvez porter la température à 40°).

Ajouter le curcuma (si vous avez opté pour le curcuma racine, le débarrasser de sa peau et le couper en morceau), la crème de soja, une petite poignée de feuille de cerfeuil, fleur de sel, poivre et deux bonnes cuillères à soupe d'huile d'olive.

Mixer fortement pendant deux minutes.

Goûter et vérifier l'assaisonnement.

Verser dans des verrines.

Finir avec une giclée d'huile d'olive et une feuille de cerfeuil.