



Pour 4 personnes

POTAGE D'EPINARDS, COURGETTES, CHAMPIGNONS

Préparation 10 min

PRÉPARATION

- 1/ Cuire tous les légumes préalablement lavés à la vapeur
- 2/ Mixez le tout en ajoutant une cuillère à café de bouillon végétal et poivrez
- 3/ Ajoutez l'eau récoltée dans le bac inférieur pour rectifier la texture

INGRÉDIENTS

- Courgettes : 2
- Épinards frais : 2 grosses poignées
- Champignons de Paris : 1 barquette
- Échalotes : 2
- Ail : 1 gousse
- Bouillon végétal
- Poivre

L'eau récoltée de la cuisson à la vapeur est riche en vitamines et minéraux. Ce serait dommage de la jeter. Buvez-la en bouillon ou utilisez-la pour la préparation de sauces

+32 494 27 38 52 / patricia@mynunu.be /  [nunu.nounou](https://www.instagram.com/nunu.nounou)

nüni
[now-now]