

SOUPE DE FENOUIL

INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 4 bulbes de fenouil
- 1 oignon
- 50 cl de bouillon de poule dégraissé
- 25 g de mascarpone
- huile d'olive
- ciboulette ciselée

PRÉPARATION

Coupez l'oignon en lamelles et faites-le revenir dans l'huile d'olive. Coupez les bulbes de fenouil en ôtant le cœur dur et rajoutez-les à l'oignon. Mouillez de la moitié du bouillon, laissez cuire à couvert 15 min environ.

Mixez le tout hors du feu. Rajoutez le reste de bouillon, rajoutez un peu d'eau si nécessaire. Mettez le mascarpone, laissez frémir 5 min de plus et mélangez. Servez bien chaud avec un peu de ciboulette ciselée et de graines de fenouil.

VALEUR CALORIQUE POUR 1 PERSONNE

87 kcal

BON APPÉTIT !