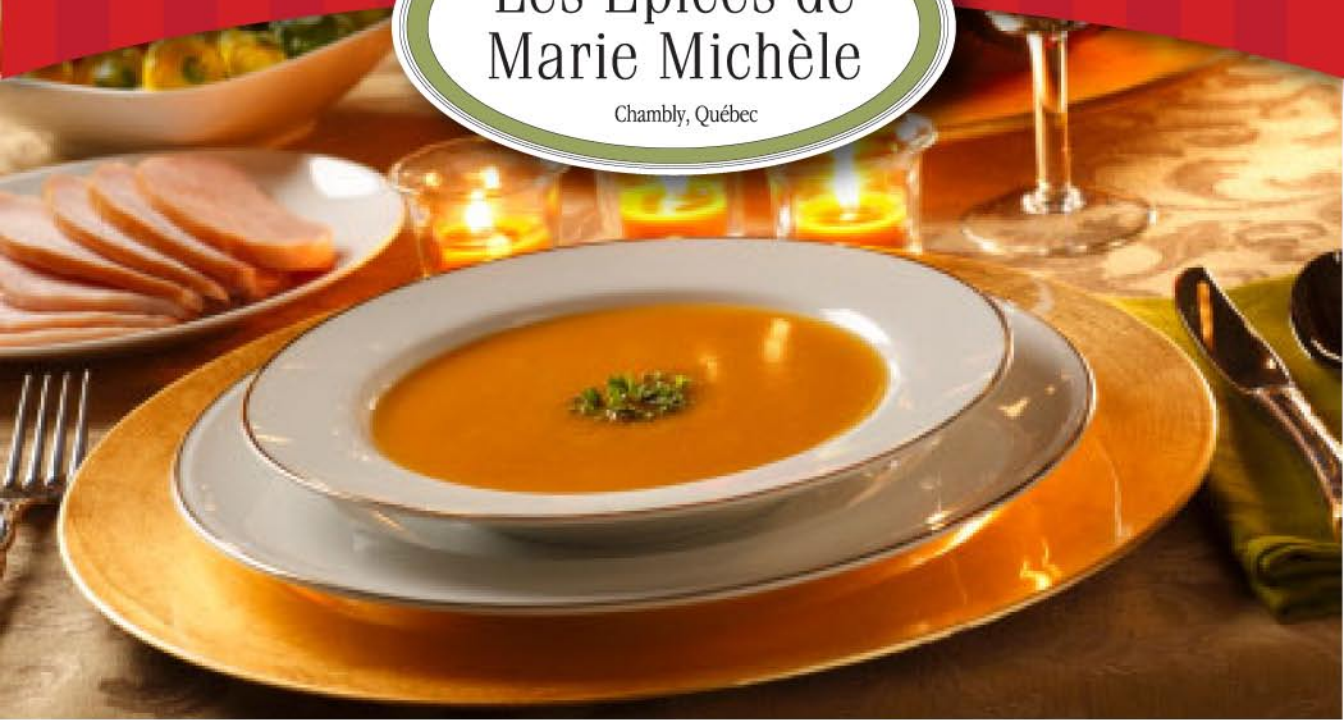


Les Épices de Marie Michèle

Chambly, Québec



Potage aux carottes et à l'érable

- 3 lbs de carottes pelées et coupées en rondelles
- 2 oignons jaunes coupés en cubes
- 2 c. à soupe du Mélange Ensoleillé
- 1/3 tasse de sirop d'érable
- 2 c. à table d'huile d'olive
- 4 à 5 tasses de bouillon de poulet
- 1 tasse de crème champêtre 15%
- Sel et poivre

Dans un grand chaudron, mélanger les carottes, les oignons, les épices, le sirop d'érable et l'huile d'olive. Saler et poivrer au goût. Déposer les légumes sur une grande plaque de cuisson et cuire au milieu du four pendant 40 minutes à 350°F, en mélangeant 2 ou 3 fois pendant la cuisson. Puis les remettre dans le chaudron, verser le bouillon, porter à ébullition et continuer la cuisson 20 minutes ou plus, jusqu'à ce que les carottes soient très tendres.

Avec un mélangeur à main ou dans un mélangeur sur pied, réduire en purée en ajoutant la dernière tasse de bouillon au besoin jusqu'à consistance souhaitée. Rectifier l'assaisonnement, ajouter la crème avant de servir.