



SOUPE DE FEVES AVOCAT ET POIS FRAIS A L'HUILE DE NOISETTES



300g nets de petits pois frais écosés, 1 avocat à point, 150g de fèves surgelées ébouillantées 1mn et débarrassées de leur peau, 1/2l de lait frais entier, 6cs d'huile de noisettes, 1 cube de bouillon de légumes ou de volaille, sel, poivre.

Cuire les petits pois 8mn dans le bouillon bouillant. Les mixer avec le lait et l'huile d'olive.

Tailler l'avocat en petits dés.

Chauffer le four à 160°.

Répartir dans 4 bols ou assiettes creuses les dés d'avocat et les fèves. Les tiédir quelques minutes au four.

Chauffer la soupe sans la faire bouillir et l'émulsionner au mixer plongeant.

La verser sur les bols, assaisonner de fleur de sel et de poivre et servir aussitôt.

Se déguste accompagné de lait de coco glacé....