

## Soupe aux carottes et au cumin

Écrit par Hélène  
Jeudi, 16 Juin 2011 08:15 -

---

**Pour 2 à 3 personnes.**

**Cuisson : 40 minutes**



### Ingrédients :

- 500 g de carottes épluchées
- 1 oignon
- 2 tomates
- 2 pommes de terre épluchées
- Une cuillère à café de gros sel
- 2 cuillères à soupe d'Huile d'olive
- 3 cc de cumin
- 2 cc de curcuma
- Un bouillon cube de légumes (bio de préférence)
- 1 litre d'eau environ

### Préparation :

Dans une casserole, faites revenir l'oignon coupé grossièrement dans de l'huile d'olive à laquelle vous aurez ajouté trois cuillères à café de cumin et 2 cuillères à café de curcuma. Ajoutez les tomates. Faites revenir quelques minutes.

## **Soupe aux carottes et au cumin**

Écrit par Hélène

Jeudi, 16 Juin 2011 08:15 -

---

Ajoutez les carottes et les pommes de terre épluchées.

Recouvrez d'eau à hauteur (environ 1 litre).

Ajoutez le gros sel, le bouillon de légumes.

Laissez mijoter jusqu'à ce que les légumes soient fondants.

Mixer en ajoutant le bouillon petit à petit, selon la consistance désirée.