

Velouté de fanes de radis, feta



4 PERSONNES

Une recette idéale pour recycler les fanes de radis.

INGRÉDIENTS

- les fanes de 2 bottes de radis roses
- 100 g de feuilles de céleri ou de persil
- 200 g d'épinards frais
- 5 cl d'huile d'olive (100 pulvérisations)
- Poivre du moulin

PRÉPARATION DE LA RECETTE "VELOUTÉ DE FANES DE RADIS"

1. Faites cuire les feuilles de radis 7 mn à l'eau bouillante salée. Egouttez-les (conservez l'eau de cuisson), puis plongez-les immédiatement dans un bac d'eau glacée. Pressez-les dans un linge pour égoutter l'eau.
2. Mixez 3 à 4 min les feuilles de radis avec les épinards crus, les feuilles de persil ou de céleri, l'huile et 1 verre (30 cl) d'eau de cuisson encore bouillante.
3. Servez le velouté tiède, d'un filet d'huile d'olive et d'un peu de poivre du moulin.

L'ASTUCE

Réduisez la quantité d'eau dans la recette et transformez le velouté en sauce pour un poisson ou une viande blanche.