

# MOUSSELINE DE COURGETTE

AVEC



**LE +  
DE LA VACHE QUI RIT®  
NATURE**

La Vache qui rit® Nature  
apportera douceur et  
gourmandise à cette  
mouseline.

# MOUSSELINE DE COURGETTE avec



## Ingrédients pour 100 convives :



12 kg de courgettes en rondelles surgelées



3 kg de pommes de terre



6 L de bouillon de volaille réhydraté



300 g de beurre



1,2 kg de **La Vache qui rit® Nature**



10 g de mélange de « fines herbes » (basilic, persil, ciboulette, ail)



Sel / poivre

## Progression de la recette

1. Passer les courgettes au four vapeur pendant 10 min.
2. Cuire les pommes de terre dans le bouillon de volaille pendant 30 min.
3. Ajouter les courgettes, laisser monter à ébullition.
4. Mixer en incorporant le beurre, puis **La Vache qui rit® Nature**.
5. Mettre le mélange de fines herbes et rectifier l'assaisonnement avant de servir.

🕒 Temps de préparation : 15 min

🕒 Temps de cuisson : 30 min

€ Coût moyen par portion : 0  1€



## L'ASTUCE DU CHEF

Pour un beau visuel, ne pas trop mixer pour garder des morceaux de courgettes, comme un écrasé à la fourchette.



## Valeurs nutritionnelles pour 100 g

Valeurs énergétiques	181,6 kJ / 43,5 kcal
Matières grasses	2,2 g
dont acides gras saturés	1,5 g
Glucides	3,7 g
dont sucres	1,3 g
Protéines	1,7 g
Sel	0,4 g

