



CANADA AGRICULTURE
AND FOOD MUSEUM
MUSÉE DE L'AGRICULTURE
ET DE L'ALIMENTATION
DU CANADA

A FASCINATING WORLD
UN MONDE FASCINANT



Soupe à la courge musquée

Ingrédients

1 sac (750 g) de courge musquée coupée en cubes
4 tasses (1L) d'eau
1 poivron rouge, haché grossièrement
1 oignon jaune moyen, haché grossièrement
2 c. à thé (10 ml) d'ail émincé
1 c. à soupe (15 ml) de sirop d'érable
1 c. à thé (5 ml) de sel
Une pincée de poivre
½ tasse (125 ml) de crème de table 18%

Préparation

Placer tous les ingrédients sauf la crème dans une grande casserole. Porter à ébullition, diminuer à feu doux. Laisser mijoter jusqu'à tendreté des légumes, environ 25 minutes. À l'aide d'un mélangeur à main, réduire en purée jusqu'à consistance lisse. Ajouter la crème et laisser mijoter quelques minutes. Goûter et ajouter plus de sel et de poivre au goût. Servir. Bon appétit!