



Soupe de carottes dynamisante



5 minutes



20 minutes



4 personnes

Ingrédients:

- ✓ 500 g de carottes
- ✓ 1 orange
- ✓ 1 oignon
- ✓ 1 c. à café de gingembre en poudre
- ✓ 1 c. à café de cumin
- ✓ Sel

Préparation:

- Lavez et coupez tous les légumes.
- Ajoutez 1L d'eau.
- Faites cuire 20 minutes dans une casserole d'eau bouillante,
- Mixez et dégustez 😊