 **Velouté potimarron-réglisse**

 **Pour 6 Croquants-Gourmands**

**- 1 gros potimarron**  
**- 1 échalote**  
**- 1 càs d'huile d'olive**  
**- 1 gousse d'ail**  
**- 2 carottes**  
**- 1 litre d'eau**  
**- sel & poivre du moulin**  
**- 1 avocat**  
**- 1 càc de poudre de réglisse**  
**- quelques tiges de persil**  
**- 1 branche de thym**  
**- piment d'Espelette**

Éplucher l’échalote et l'ail et les hacher. Éplucher les carottes et les couper en dés.  
Retirer la peau et les graines du potimarron et couper la chair en dés.  
Faire revenir lés dés d'échalote dans l'huile chaude, sans coloration.  
Ajouter les dés de carottes et l'ail et remuer pour les enrober de gras.  
Ajouter les dés de potimarron, laisser revenir pendant quelques minutes en remuant.  
Incorporer l'eau, le thym, le persil et du sel.  
Porter à ébullition, puis couvrir et laisser frémir à petit feu pendant 20 minutes.  
Pendant ce temps, peler l'avocat, le couper en dés, l'arroser de quelques gouttes de citron et le mettre dans un bol avec son noyau pour l'empêcher de noircir.  
Ajouter dans la casserole le quart des dés d'avocat et la poudre de réglisse.  
Laisser cuire encore 5 minutes.  
Retirer le persil et le thym et mixer finement le velouté.  
Rectifier l'assaisonnement en sel si nécessaire et poivrer au goût.  
Servir dans des bols ou dans des assiettes creuses.  
Répartir les dés d'avocat sur le dessus et poudrer de quelques grains de piment d'Espelette.  
Servir bien chaud.