

**Velouté de chou-fleur au lait de coco et curry**

[](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2023/03/veloute-de-chou-fleur-au-lait-de-coco-et-curry-p1070651.psd-r-copy.jpg) **Pour 4 Croquants-Gourmands**

Pour cuisiner à la casserole la marche à suivre (**en bleu**)

**- 450 g de fleurettes de** [**chou-fleur**](https://recettes.de/chou-fleur)  
**- 170 g de** [**carottes**](https://recettes.de/carottes)  
**- 2 gousses d'ail**  
**- 1 càs de** [**curry**](https://recettes.de/curry)  
**- 1 càs d'huile d'olive**  
**- 500 ml d'eau**  
**- 100 ml de** [**lait de coco**](https://recettes.de/lait-de-coco)  
**- sel & poivre du moulin**

.  
Éplucher et dégermer les gousses d'ail.  
Les mettre dans le bol du Thermomix puis mixer **5 sec/vit 5**.  
Ajouter le curry et l'huile d'olive et programmer **3min/varoma/vit 5**.  
  
(**Faire revenir dans un faitout l'ail dégermé et émincé avec l'huile et le curry pendant quelques secondes**).

Incorporer les bouquets de chou-fleur et les carottes coupées en gros dés.  
Recouvrir d'eau, saler et programmer **20 min/varoma/[](https://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2018/01/thermomix-mijotage-soft.png) Mode Mijotage**.

(**Ajouter les fleurettes de chou-fleur et les carottes coupées en gros dés.**  
**Couvrir d'eau, saler et laisser cuire à frémissement pendant 45 minutes**).

Incorporer le lait de coco et  mixer **10 sec/vit 7**.

(**Ajouter le lait de coco et mixer dans un blender**).

 Rectifier l'assaisonnement si nécessaire et poivrer.  
Servir chaud.