

VELOUTÉ DE CAROTTES AU MIEL

par Carole EQUETER



⌚ 30' 👥 6 pers.

€ ●○○ 😊 ●○○○●

Ingrédients (pour ±2 litres):

- 1 kg de carottes
- 2 branches de céleri
- 2 pommes de terre (± 350g)
- 1 oignon (± 100g)
- un peu de beurre
- miel semi-liquide:
2 c. à soupe + 4 c. à café
- thym
- sel, poivre

suite de la recette



Retrouvez les producteurs du Hainaut et leurs meilleurs produits de bouche sur www.hainaut-terredegoûts.be et sur 



Préparation:

1. Préparez les légumes:
Epluchez les carottes et l'oignon puis, coupez-les grossièrement.
Epluchez les pommes de terre, lavez-les et coupez-les en gros dés.
Lavez les branches de céleri et détaillez-les sommairement.
2. Faites chauffer un peu de beurre dans une casserole et faites-y revenir l'oignon et les carottes en remuant constamment.
3. Ajoutez les dés de pommes de terre et les morceaux de céleri.
Couvrez le tout avec de l'eau.
Épicez avec le poivre, le sel et le thym.
Laissez mijoter à feu moyen et à couvert durant 20 minutes.
4. Mixez finement le velouté et ajoutez-y le miel.
5. Si nécessaire, ajoutez un peu d'eau, tout en veillant à ce que le velouté garde une consistance assez épaisse. Rectifiez éventuellement l'assaisonnement.

Une pincée de science sur le miel

La production de miel est initialement destinée à nourrir les larves d'abeilles durant leur développement ainsi que le reste de la colonie durant l'hiver. A la belle saison, les abeilles récoltent le nectar, un liquide sucré sécrété par les fleurs. Ce nectar est acheminé jusqu'à la ruche où un travail de transfert de bouche à bouche est effectué par les insectes, qui le font également transiter plusieurs fois entre leur bouche et leur jabot, un renflement de l'œsophage. Cette étape permet une transformation mécanique et enzymatique du nectar en miel.

Ensuite, la teneur en eau du miel est progressivement diminuée grâce à la chaleur de la ruche et la ventilation générée par le battement des ailes des abeilles. A l'issue de quoi, le miel est stocké dans des alvéoles scellées d'une couche de cire.

Carole EQUETER
www.carole-equeter.com

