



# Gaspacho courgettes-basilic



## INGRÉDIENTS



3 courgettes



1 yaourt nature



1 càs de Curcuma



Basilic frais



Crème fluide



Poivre & Sel

## PRÉPARATION

1



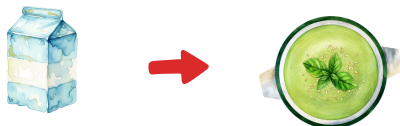
Lave les courgettes. Tranche les grossièrement et fais les cuire dans une poêle avec un couvercle assaisonnées de sel, poivre et curcuma.

2



Dans un mixeur mets le yaourt, les feuilles de basilic frais. Ajoute les courgettes cuites et mixe le mélange.

3



Si la préparation est trop épaisse, ajoute un peu d'eau ou de crème fluide.

Laisse refroidir puis mets au frais.

Une fois bien fraîche, savoure cette délicieuse soupe rafraichissante aux parfums d'été

