

La popotte d'Eugénie

Rendez-vous dans ma cuisine



Soupe de Pois Cassés

Le 17 octobre 2008-10-17

1

Encore une soupe !

Et bien oui, encore une et il y en aura encore beaucoup d'autres. Certes cela n'est pas de la Grande Cuisine, mais c'est bon et c'est bien le plus important !

Votre panier pour 4 personnes :

200 gr de pois cassés ayant préalablement trempé 2 heures

200 gr de poireaux

100 gr de carottes

1 oignon

200 gr de lardons naturels ou fumés selon vos goûts

Thym

Sel & Poivre

Huile d'olive



Pour commencer, coupez vos poireaux en deux dans le sens de la longueur, puis en tronçons réguliers avant des les laver soigneusement.

Épluchez votre carotte, coupez-la également, et rincez la avec vos pois cassés.

Enfin émincez finement votre oignon, après l'avoir épluché.

Faites fondre dans une cocotte vos poireaux et votre oignon dans l'huile d'olive.

Lorsqu'ils commencent à caraméliser, ajoutez les pois cassés, la carotte, le thym, le sel, le poivre et couvrez d'eau.

Votre soupe va devoir cuire 2h30, si vous avez choisi des pois cassés secs, ou 40 minutes si vous optez pour la solution « Conserve », dans ce cas, méfiez vous lors de votre salage. Préférez ne pas en mettre assez et rectifier en fin de cuisson.

Il vous reste à préparer vos lardons. Afin qu'ils soient moins gras et plus croustillant, voici ma petite astuce.

Je les blanchi d'abord dans une casserole d'eau bouillante pendant 3 minutes.

Ensuite, après les avoir égouttés et essuyés, je les fais griller dans une poêle antiadhésive sans ajouter de matière grasse.

Au terme de la cuisson de votre soupe, une fois que les pois seront bien tendre, retirez le thym et mixez finement votre préparation.

Ajuster votre assaisonnement et après avoir servi votre potage dans les assiettes individuelles, ajouter quelques lardons grillés et un filet d'huile d'olive.

*Cette recette vous a été proposée par La Popotte d'Eugénie
J'espère qu'elle vous réglera, merci pour votre visite et à très bientôt !*