

Recette : Soupe au chou blanc traditionnelle

Informations pratiques

- Temps de préparation : 15 minutes
- Temps de cuisson : 40 minutes
- Portions : 4 à 6 personnes
- Difficulté : Facile

Ingrédients

- 1/2 chou blanc moyen, finement émincé
- 2 carottes, coupées en rondelles
- 2 pommes de terre, coupées en dés
- 1 oignon jaune, haché
- 2 gousses d'ail, émincées
- 1,5 litre de bouillon de légumes ou de volaille
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à café de thym séché
- Sel et poivre du moulin

Matériel nécessaire

- Une grande marmite ou une cocotte
- Un couteau de chef
- Une planche à découper
- Une louche

Étapes de préparation

- Faites chauffer l'huile d'olive dans la marmite et faites revenir l'oignon et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
- Ajoutez le chou émincé, les carottes et les pommes de terre. Faites revenir le tout pendant 5 minutes en remuant.
- Versez le bouillon de légumes jusqu'à recouvrir les légumes. Ajoutez le thym, le sel et le poivre.

- Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez mijoter à couvert pendant 35 à 40 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
- Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire avant de servir bien chaud.

Conseils de chef

- Pour une version plus riche, ajoutez 100g de lardons fumés dès le début de la cuisson.
- Vous pouvez mixer une partie de la soupe pour obtenir une texture plus veloutée tout en gardant quelques morceaux.
- Servez avec un filet d'huile d'olive vierge ou un peu de fromage râpé sur le dessus pour plus de gourmandise.