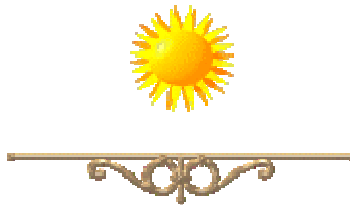


Fiche recette 56

Soupe d'Orties à la Crème d'Amandes.

(Plat végétarien - traditionnel en Wallonie). Préparation : 30 minutes - Cuisson : 30 minutes



Ingrédients pour 4 personnes.

800 g de jeunes orties (Mettre des gants et ne prendre que l'extrémité des tiges), 2 pommes de terre, 1 oignon, 2 échalotes, 30 g de beurre, 1,5 litre d'eau, 1 cuiller à soupe d'huile, 2 cuillers à soupe de crème fraîche, 2 cuillers à soupe rases de purée d'amandes, du sel et du poivre.

Préparation & Cuisson.

Éplucher et hacher les échalotes et l'oignon. Peler et laver et couper les pommes de terre en morceaux. Mettre des gants et parer les orties en ne gardant que les jeunes extrémités. Les laver soigneusement puis les plonger 2 minutes dans de l'eau bouillante salée. Refroidir les orties dans de l'eau froide, les égoutter, les presser puis les hacher grossièrement. Chauffer le beurre dans une cocotte et faire revenir les échalotes et l'oignon quelques minutes puis ajouter l'eau, le reste des légumes et les orties. Porter à ébullition et laisser frémir pendant 30 minutes environ. Délayer la purée d'amandes dans un peu d'eau. Mixer la soupe puis ajouter la crème et la purée d'amandes. Mélanger, saler et poivrer.