

SOUPE BORSCH (À LA BETTERAVE), CRÈME AIGRE AU CITRON VERT, CROÛTONS ET OIGNONS VERTS

ÉTAPES À SUIVRE

14

RECETTES EN ROUTE



INGRÉDIENTS



1 personne

Soupe :

1/2 oignon de taille moyenne
1/2 carotte
350 g de betterave fraîche
2 tomates
1,5 cuillère de concentré de tomate
500 ml d'eau
150 g de chou blanc
100 g de haricots verts
2 grandes pommes de terre
1 litre de bouillon de poulet
1/2 cuillère de vinaigre
1 gousse d'ail
3 petites cuillères de sucre
Poivre noir moulu
Sel
Aneth frais
Huile d'olive

Crème aigre :

200 g fromage à la crème
Jus de deux citrons verts et leurs zestes
1/2 oignon vert
Sel et poivre noir
1 filet d'huile d'olive

1 poignée de croûtons

1 Pour la soupe :

Hacher l'oignon. Découper la betterave et la carotte en julienne. Éplucher les tomates et les épépiner, avant de les découper en dés. Découper le chou en julienne, hacher l'ail, les haricots et les pommes de terre en petits morceaux. Dans une casserole, verser un filet d'huile et faire dorer l'oignon. Ajouter la carotte, faire cuire un instant et ajouter la betterave. Laisser mijoter 4 minutes, ajouter les tomates coupées sans peau, le concentré de tomates et une pincée de sel. Verser 2-3 verres d'eau et laisser cuire à feu doux pendant 20-25 minutes. Dans une autre casserole, verser le bouillon de poulet avec le chou et faire bouillir. Laisser cuire 5 minutes et ajouter les pommes de terre et les haricots verts. Laisser cuire 10 minutes de plus. Ajouter le contenu de l'autre casserole, avec la betterave et le bouillon de poulet. Bien mélanger avant d'ajouter le vinaigre, le sucre, l'aneth et l'ail haché, ainsi que le poivre noir. Saler si besoin. Éteindre le feu et laisser reposer, à couvert, pendant 10 minutes.

2 Pour la crème aigre :

Hacher menu l'oignon vert. Mélanger à la crème aigre, le jus, le zeste, sel, poivre noir et huile. Mettre de côté.

3 Servir :

Servir la soupe chaude, avec une cuillère de fromage à la crème et quelques croûtons sur le dessus.

Si vous souhaitez faire cette recette pour plusieurs personnes, il suffit de doubler la quantité en fonction du nombre de personnes.