



Soupe d'ortie

Recette: pour 4 personnes -- préparation 5 min -- cuisson ca 25 min

Ingrédients:

- 1 paquet de Nösselszopp-mëschung (20 gr)
- 0,8 litre de bouillon de légumes
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 2 pommes de terre coupées en dés
- cuillères de beurre
- 2 cuillères de farine d'épeautre – Speltz
- 0,25 litre de lait



Préparation:

- Portez à ébullition le bouillon de légumes avec le mélange Nösselszopp, laissez mijoter env. 7 minutes.
- Faites passer par un tamis
- Faites revenir les oignons et l'ail dans le beurre
- Ajoutez la farine d'épeautre et laissez cuire 1 min.
- Ajoutez doucement le lait
- Ajoutez à cela les pommes de terre en dés ainsi que le bouillon et laissez mijoter env. 15 min
- A la fin ajoutez les feuilles d'orties du tamis
- Eventuellement faire passer au mixer
- Rectifiez l'assaisonnement au sel et au poivre
- Servez avec un peu de crème fraîche.

