


# RECETTES DES SOUPES ... 7° RONDE DES SOUPES DU 10/12/2016 ...

la ronde des soupes 2016

7<sup>ème</sup> édition  
La Chevrolière  
SAMEDI 10  
DECEMBRE 2016  
à partir de 17h30  
ORGANISÉE PAR L'AMAP DU LAC  
en collaboration avec  
le réseau des LAC  
du CNP, la Communauté  
d'Énergie de la  
vallée de l'Aranc

du "jardin des Rochettes"  
à l'assiette



soupe des Rochettes 2016

faire mijoter 70gr d'oignon,  
dans beurre et huile  
d'olive  
puis ajouter : 250gr carotte  
80 gr pomme de terre  
300gr buternut  
800 ml d'eau  
sel ,poivre

la cuisson terminée ,  
mixer  
et rajouter de la crème et  
du beurre bien meilleur

égal environ 1l5 de potage

# **VELOUTE DE PANAIS ET ANDOUILLE CRISPIES**

( Ronde des soupes 2016, chez Olivier et Marie-pierre Guerouazel)

**Pour 6 personnes**

**Ingredients : 400 grs de Panais**

**1 blanc de poireau**

**50 gr de beurre**

**75 cl de bouillon de volaille**

**100 gr d'andouille**

**10 cl de crème liquide**

**1 yaourt nature**

**fleur de sel**

**poivre du moulin**

**Huile de noisette**

**Préparation**

**1-** Epluchez les panais et le poireau, coupez-les en cubes et faites-les revenir 5mn dans une cocotte avec la moitié du beurre,

**2-** Ajoutez le bouillon de volaille, la crème, la peau de l'andouille, un peu de fleur de sel et de poivre .Couvrez et faites cuire 20mn.

**3-** Coupez l'andouille en tout petits dés et faites les revenir 10 mn dans une poêle sans matière grasse, jusqu'à ce qu'ils soient croustillants « crispies »

**4-** Otez la peau de l'andouille, mixez le velouté en ajoutant le yaourt et réservez au chaud. Versez le velouté, ajoutez les dés d'andouille crispies et quelques gouttes d'huile de noisette.

# Soupe au lait

## Lardons/Poireaux/PD Terre

Temps de préparation : <15 minutes

Temps de cuisson : 25 minutes

Difficulté : Facile



### Ingrédients (4 personnes):

- 1 litre de lait
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 3 blancs de poireaux
- 300 gr de pommes de terre à chair ferme
- 200 gr de lardons
- 3 pincées de noix de muscade râpée
- 1 cube de bouillon de volaille
- sel et poivre

### Préparation:

Peler l'oignon et l'émincer finement. Couper les blancs de poireaux en fines rondelles obliques. Peler les pommes de terre, les laver et les couper en très fines rondelles.

Faire dorer les lardons, rajouter les oignons, l'ail, les poireaux et les pommes de terre dans une cocotte et faire rissoler à feu doux, en remuant avec une spatule pendant 5 min env.

Verser alors le lait et le cube de bouillon de volaille et porter à ébullition. Ajouter du sel, du poivre et la noix de muscade.

Couvrir la cocotte et laisser cuire à feu doux 20 min environ jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres.

## « Soupe **au** lait »

### Qui change rapidement de caractère, qui s'emporte brutalement.

#### Origine

Expression issue au XIXe siècle de la locution *monter comme une soupe au lait*. Il suffit d'avoir expérimenté une seule fois le comportement du lait (ou de la soupe au lait) lorsqu'il se met brutalement à bouillir pour comprendre cette association avec une personne dont l'humeur change très brutalement, aussi vite que le lait redescend dès qu'on le sort du feu.

#### Exemple

« Si par hasard il la contredisait, elle prenait de brèves mais vives colères, car elle était soupe au lait. » Simone de Beauvoir - *Tout compte fait*

#### Ailleurs

Pays	Langue	Expression équivalente	Traduction littérale
Liban	<a href="#">ar</a>	3a2leto bi rass tarboucho	Avoir la cervelle en haut de son Tarbouche
Allemagne	<a href="#">de</a>	Ein Hitzkopf sein	Être une tête chaude
Allemagne	<a href="#">de</a>	Eine Leberwurst sein	Une saucisse de foie
Angleterre	<a href="#">en</a>	To have a thin skin	Avoir la peau mince
États-Unis	<a href="#">en</a>	To have a short fuse	Avoir la mèche (d'explosif) courte
Argentine	<a href="#">es</a>	Enchivarse	Devenir chevrette
Argentine	<a href="#">es</a>	Saltar como leche hervida	Sauter comme du lait bouilli
Espagne	<a href="#">es</a>	Tener malas pulgas	Avoir des mauvaises puces
Grèce	gr	Έχω ζοχάδες (Ékho zokhàdhes)	J'ai des hémorroïdes
Hongrie	hu	forró fej?	Tête bouillante
Italie	<a href="#">it</a>	Essere fumino	Être petite fumée
Italie	<a href="#">it</a>	Accendersi come uno zolfanello	S'enflammer comme une allumette
Pays-Bas	nl	Een heethoofd	Une tête chaude
Pays-Bas	nl	snel aangebrand zijn	être rapidement brûlé (vexé)
Pays-Bas	nl	Lange tenen hebben	Avoir de longs doigts de pied
Espagne (Catalogne)	other	Tenir la cua de palla	Avoir la queue de paille
Brésil	<a href="#">pt</a>	Pavio curto	Mèche de bougie courte
Roumanie	ro	A-și ieși din pepeni	Sortir de ses melons
Roumanie	ro	A isi iesi din tatani/fire	Sortir de ses gonds/de sa nature
Roumanie	ro	a se aprinde	s'allumer /s'enflammer
Belgique (Wallonie)	wa	Liégeois Sope à lècê.	soupe au lait

## Soupe céleri pommes (2 litres)

### Ingrédients :

- 400 g de céleri
- 360 g de pommes
- 200 g de poireaux
- 25 g d'échalotes
- 10 cl de lait
- 20g de beurre
- 80 g de pommes de terre
- 1,5 litre de bouillon
- Sel
- Poivre

### Préparation

Faire fondre poireaux et échalotes dans le beurre (5/10 mn à feu doux)

Y ajouter 1,5 l de bouillon (bouillon cube volailles), les céleris coupés, les pommes de terre en morceaux, le sel et le poivre.

Une fois les légumes cuits (20 /25 mn), y ajouter les pommes en morceaux. Laisser cuire quelques minutes.

Ajouter le lait et mixer le tout dans un blender (la texture sera beaucoup plus agréable qu'au mixer)

Michèle et Bruno Lebascle

## **VELOUTÉ À LA PATATE DOUCE**

### **Ingrédients**

*pour 8 portions*

1 orange, zeste (bio) et jus

15 g de gingembre frais, haché

120 g de blanc de poireaux en rondelles

½ cc de cannelle

1 cube de bouillon de légumes

600g d'eau

600g de patates douces épluchées coupées en dés

(on peut aussi mettre 500g de patates et 100 g de pommes de terre)

20 cl de crème fraîche

Prélevez le zeste râpé fin. Pressez l'orange, réservez le jus.

Mettez tous les ingrédients, sauf le jus et la crème, dans une cocotte.

Faire cuire à feu doux environ 40 mn.

Mixez fin pour faire un velouté.

Ajoutez le jus d'orange et la crème au dernier moment.

Servir chaud.

Bon appétit !