

# Soupe aux fèves et petits pois [Corse]



“ La semaine dernière, j’ai dégusté cette soupe chez Irène et Jean-Pierre. Me voilà en possession de LA recette que voici. Elle permet d’utiliser cinq des légumes des deux derniers paniers de l’AMAP du Schlutfeld. Pas mal non ? ”

## Les Ingrédients :

(Pour 4 à 6 personnes) :

- 1 morceau de lard salé
- 500 g de [fèves](#) écosées avec la peau (ou 1,25 kg de fèves à écosser)
- 250 g de [petits pois](#) écosés
- 1 [oignon vert](#)
- 1 belle gousse d'[ail](#)
- 2 [pommes de terre](#)
- 4 feuilles de [menthe](#)
- 4 feuilles 1 bouquet de [basilic](#) (+ [basilic à l’huile congelé](#))
- 1 [tomate](#) (facultatif)
- Huile d’olive
- Sel et poivre

## Les Étapes :

Coupez la poitrine salée en cubes.

Coupez les pommes de terres en cubes après les avoir brossées.

Hachez l’oignon vert et l’ail.

Enlevez la peau des fèves si nécessaire ( *dans ce cas, la peau commençait à pourrir alors j’ai enlevé la petite peau → [Comment écosser les fèves ?](#)*).

Ciselez la menthe et les feuilles de basilic.

Dans une casserole à fond épais, faites revenir le lard. Une fois qu’il a rendu un peu de gras, ajoutez l’oignon, les petits pois et les fèves. Donnez quelques tours de cuillère pour les enduire du gras. Ajoutez un filet d’huile d’olive, mélangez puis couvrez d’eau. Amenez doucement à ébullition.

À la mi cuisson (20-25 minutes), ajoutez les pommes de terre, l’ail, la menthe, le basilic (ou ici 2 cuillères à soupe de basilic à l’huile) et la tomate concassée (ou ici une cuillère de concentré de tomates que j’ai complètement oublié d’ajouter).

Poursuivez la cuisson (20-25 minutes).

Servez avec des feuilles de basilic ciselées (ou ici une petite cuillerée de basilic à l’huile) et des tranches de pain.

## Et Que Dire De Plus ?

→ Pour plus de goût et d’arômes, j’ai utilisé un bouquet de basilic frais plutôt que 4 feuilles et du basilic à l’huile d’olive que j’avais au congélateur.

→ La recette a été puisée dans le livre intitulé [Fabuleuses légumineuses avec 140 recettes traditionnelles, par Claude Aubert, Chez Terre Vivante](#). Par contre, la cuisson pour laquelle j’ai opté est totalement différente de celle citée dans le livre. Dans la recette initiale, il faut ajouter les premiers légumes (fèves, petits pois, oignon vert) dans une eau salée bouillonnante additionnée d’huile d’olive puis en milieu de cuisson le reste des légumes (tomate, pommes de terre, ail, menthe, basilic) et le lard.