

Soupe crémeuse au chou romanesco et purée de noix de cajou



“ Encore une belle récolte de choux romanesco et de poireaux au jardin. Voici une soupe très intéressante réalisée avec cette récolte et le céleri et les pommes de terre conservés à la cave. ”

Les Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 1 [chou romanesco](#)
- 2 [pommes de terre](#)
- 1 petit morceau de [céleri-rave](#)
(ou 1 [branche de céleri-branché](#))
- 1 [poireau](#) (avec son vert)
- 1 c. à soupe de purée de noix de cajou
- 12 noix de cajou
- Huile d'olive
- Sel et poivre
- 1 pincée de bicarbonate

Les Étapes :

Détaillez le chou Romanesco en fleurettes. Conservez les plus petites fleurettes que vous ferez blanchir dans un eau bouillante additionnée d'une pincée de bicarbonate. Déposez-les dans l'eau froide. Égouttez. Réservez.

Épluchez les pommes de terre et faites-en des [pelures grillées à l'huile d'olive](#).

Faites griller, à sec, les noix de cajou que vous aurez concassées au préalable.

Préparez la soupe en faisant dorer pendant une bonne dizaine de minutes, dans un filet d'huile d'olive, tous les légumes rincés et coupés en petits cubes. Couvrez d'eau. Amenez à ébullition. Une fois les légumes cuits, mixez avec la purée de noix de cajou. Assaisonnez

Servez avec les pelures de pommes de terre émiettées, les minis fleurettes de chou romanesco et les noix de cajou concassées.

Dégustez avec une belle tranche de pain de campagne !

Et Que Dire De Plus ?

- Remplacez la purée de noix de cajou par de la purée de pistaches.
- Vous pourriez faire rôtir les fleurettes de chou romanesco avec les épluchures de pommes de terre.