

Soupe de chou romanesco aux amandes



“ Nous revoilà revenus de Marseille depuis dimanche dernier. Après un peu moins de deux semaines d’absence, une visite au jardin s’imposait afin de constater les dégâts du dernier gel. Les scaroles n’ont pas survécus. La moitié des bettes et des chicorées a été brûlée par le froid. L’autre moitié a résisté. Par contre, une partie des choux romanesco venaient à peine de décongeler. Je les ai vite récoltés et en ai fait une soupe toute simple pour ne rien perdre. En ce qui concernent les plants dont les têtes n’étaient pas encore au stade de chou, il y a encore de l’espoir. Pour ce qui est des plants de choux frisés ou kale, de choux rouges et de brocolis, tous intacts, de même que la mâche, le persil, les poireaux et les topinambours. Il y a encore de quoi récolter pour l’hiver. Avouons que j’avais privilégié des variétés de légumes qui résistent au froid sur une plus ou moins longue durée ! ”

Les Ingrédients :

Pour 4 personnes :

- 1 gros [chou romanesco](#)
- 4 [pommes de terre](#)
- 1 [poireau](#) (avec son vert)
- 1 c. à soupe de purée d'[amandes](#)
- 4 c. à soupe d’amandes effilées
- Eau
- Huile d’olive
- Sel et poivre

Les Étapes :

Détaillez le chou Romanesco en fleurettes.

Brossez puis épluchez les pommes de terre. Rincez le poireau et hachez-le grossièrement.

Faites griller, à sec, les amandes effilées.

Préparez la soupe en faisant dorer pendant une bonne dizaine de minutes, dans un filet d’huile d’olive, tous les légumes. Couvrez d’eau. Amenez à ébullition. Une fois les légumes cuits, mixez avec la purée d’amandes. Assaisonnez.

Servez avec les amandes effilées grillées.

Dégustez !

Et Que Dire De Plus ?

→ Remplacez la purée d’amandes par de la [purée de noix de cajou](#) ou de la [purée de pistaches](#).

→ Utilisez les épluchures de pommes de terre pour en faire des [pelures grillées à l’huile d’olive](#).