

POTAGE DE POIS CASSÉS AUX CROÛTONS

Septembre 2006 (Actualisé en mars 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 100 g de pois cassés
- ★ 1 carotte
- ★ 1 oignon paille
- ★ 1 branche de céleri
- ★ 1 bouquet garni
- ★ 120 g de beurre (35 + 35 + 50)
- ★ 1 cuillère à soupe de farine
- ★ 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
- ★ 2 cuillères à café de fond de volaille déshydraté
- ★ 2 cuillères à café de bouillon de légumes déshydraté
- ★ 1 quart de baguette rassie
- ★ 4 brins de persil
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Saladier, Casserole, Sautreuse, Égouttoir, Moulin à légumes, Poêle

Trempage : 2 h

Préparation : 10 mn

Cuisson : 70 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 2,25 € (soit 0,56 € par personne)



Recette :

Faire tremper les pois cassés pendant 2 heures dans un saladier d'eau froide. Porter 1 litre d'eau à ébullition, ajouter les pois égouttés et les blanchir durant 5 minutes puis les égoutter. Dans une casserole, verser 1,5 litre d'eau, le fond de volaille, le bouillon de légumes et porter à frémissement. Peler la carotte et l'oignon. Parer la branche de céleri (éliminer les feuilles, couper la base de la tige), bien la laver et l'égoutter. Hacher le persil finement. Couper carotte, oignon et céleri en brunoise. Faire fondre 35 g de beurre dans une sauteuse et faire suer la brunoise à feu doux en mélangeant régulièrement pendant 5 minutes. Saupoudrer de farine, ajouter les pois cassés, le bouquet garni, le bouillon, saler, poivrer et cuire à couvert et à feu doux pendant 1 heure.

Retirer le bouquet garni et passer au moulin à légumes. Lier avec la crème fraîche et 35 g de beurre coupé en petits dés. Rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud. Couper le pain en dés de 1 cm de côté. Dans une poêle, faire fondre le beurre restant, ajouter les croûtons et les faire dorer à feu moyen en remuant souvent et en évitant de les laisser brûler. Servir le potage en soupière parsemé de persil haché et les croûtons à part.