

Recette de soupe avec feuilles de radis

Par temps froid, rien de mieux qu'une bonne soupe chaude et pourquoi ne pas utiliser les feuilles de radis puisqu'elles sont comestibles. Voici une recette de potage vite fait.

Les ingrédients

- 1 oignon haché
- 1 petite gousse d'ail hachée
- 3 à 4 tasses de fanes de radis lavées et hachées
- 2 grosses pommes de terre en petits dés
- 3 tasses de bouillon de poulet
- ¼ c. à thé, d'aromates au goût (marjolaine, persil, cumin ou curry, etc.)
- Facultatif – feuilles de laitue



Faire revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile et/ou de beurre. Ajouter les feuilles de radis, cuire 1 minute. Ajouter les pommes de terre, le bouillon et les aromates désirés. Cuire à couvert 25 minutes. Passer au bras mélangeur pour obtenir une crème lisse.

Pour les gourmets ou gourmands, ajouter 1/3 de tasse de crème et servir avec des croutons, ciboulette hachée ou miettes de bacon.

Note : Vous pouvez également ajouter des feuilles de laitue dans les dernières 5 minutes de cuisson si votre récolte dépasse votre capacité à manger de la salade!

En ce qui a trait au radis lui-même, il peut être cuit à la poêle, au four et même en papillote sur la grille du haut du BBQ. Il devient alors plus doux et moins piquant et fait un excellent légume d'accompagnement. Pour ce faire, couper l'équivalent d'une botte de radis en quatre. Ajouter de l'huile, du sel ou du sel d'ail, un peu de thym. Cuire 10 - 15 minutes afin qu'il garde un peu de son croquant. On peut également ajouter un peu de miel en fin de cuisson. Garnir de ciboulette hachée et servir.

Retour aux capsules gourmandes : <http://www.jardinslaprairie.com/CapsulesGourmandes.html>

Comité des jardins communautaires Ville de La Prairie, 2019-07-05

<http://www.jardinslaprairie.com>

