

Recettes du Québec

<http://www.recettes.qc.ca>

[Cliquez ici pour imprimer cette recette](#)

[Fermer la fenêtre](#)

Soupe au chou et légumineuses

Préparation : 20 min

Cuisson : 60 min

Portions : 12

Cette recette est : Publique

Catégorie : Soupes

Ingrédients

1 os à soupe

1 gros oignon coupé grossièrement

1/2 chou coupé en lanière

2 carottes coupé en cube

2 celerie avec ses feuilles coupé en petit biseau.

1/2 navet en cube

les légumes de base mais vous pouvez rajouté les légumes de votre choix.

1 cubes d,oxo au poulet

1 cannes de fèves rouges/lentille

Étapes

Étape 1:

Dans une grosse marmite faire revenir un peu de beurre avec de l'huile d'olive, ajouter les oignons et l'os à soupe.

Étape 2:

Par la suite ajouter de l'eau jusqu'au centre de la marmite et ajouter votre oxo au poulet.

Étape 3:

Mettre tout les légumes dans le chaudron sauf les légumineuses; salez/poivrez au goût.

Étape 4:

Rajouter de l'eau au besoin pour tout couvrir les légumes et porter à ébullition.

Étape 5:

Entre temps, rincer à l'eau froide les légumineuses et les ajouter à la soupe. Laisser mijoter durant 1 heure ou jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

Commentaires

Si vous voulez rehausser le goût, vous pouvez y ajouter un peu de bovril liquide au poulet.

Recette par : lili54