



Soupes chaudes
Soupe de miso



30 min **10 min** **20 min** **0** **76**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour la
soupe miso**

1.5 litre(s) **Eau**
10 g **Kombu(s) séché(s)**
50 g **Bonite séchée
(katsuobushi)**
50 g **Miso**
4 **Asperge(s) blanche(s)**
1 **Ciboule(s)**

Étape 1

Préparation du bouillon

- 1 Au dessus d'une casserole, découper le kombu en deux avec des ciseaux.
- 2 Verser de l'eau froide par dessus et laisser reposer pendant 30 min.
- 3 Après ce temps, faire chauffer la casserole pendant 7 min. Le bouillon ne doit pas bouillir.
- 4 Couper les asperges blanches en tranches biseautées à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver dans une assiette.
- 5 Ciseler la ciboule en rondelles et réserver avec les asperges.

Étape 2

Finition du bouillon

- 1 Baisser sur feu doux et vérifier la température de la soupe avec un thermomètre. Elle doit être en dessous de 98°C.
- 2 A l'aide d'une cuillère, retirer le kombu du bouillon et verser la bonite séchée. Éteindre le feu et mélanger délicatement.

- 3 Filtrer le bouillon à l'aide d'un chinois placé au dessus d'une casserole.
- 4 Ajouter le miso dans la casserole de bouillon puis remettre sur feu doux et mélanger énergiquement au fouet.
- 5 Ajouter les asperges puis la ciboule et laisser chauffer sur feu doux quelques secondes avant de débarrasser.

Étape 3

Dressage

- 1 Mélanger une dernière fois la soupe puis la verser dans un bol de dressage à l'aide d'une louche.