



*Soupes chaudes*

## Soupe de petits pois à la menthe



**25 min** **10 min** **15 min**      **0**      **248**  
TEMPS TOTAL   PRÉPARATION   CUISSON      REPOS      CALORIES

### Étape 1

#### Cuisson des petits pois

- 1 Eplucher et émincer un oignon.
- 2 Ecosser les petits pois et mettre de l'eau dans une casserole afin de préparer le bouillon.
- 3 Faire dorer l'oignon dans l'huile d'olive. Lorsqu'il est devenu translucide, ajouter les petits pois.
- 4 Remuer et verser le bouillon.
- 5 Laisser mijoter à feu moyen pendant 15 minutes.
- 6 Verser le tout dans un blender, avec la crème liquide et les feuilles de menthe. Mixer jusqu'à obtenir une consistance onctueuse et servir.

Ingrédients  
pour 4 personnes

#### Légumes

300 g **Petits pois**  
10 feuille(s) **Menthe fraîche**  
1 **Oignon(s)**

#### Bouillon

50 cl **Bouillon de légumes**  
20 cl **Crème liquide (fleurette)**  
1 c. à soupe **Huile d'olive**