

Soupes froides

Velouté de petits pois à la menthe fraîche et chèvre frais


1h10

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

10 min

CUISSON

0

REPOS

251

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

**Ingrédients pour le
velouté**

500 g **Petits pois**
1 **Fond blanc de volaille**
1 **Huile d'olive**
1 botte(s) **Menthe fraîche**
125 g **Chèvre frais**
1 **Sel**
1 **Poivre**
0.5 **Baguette(s) de pain**
1 botte(s) **Radis**
1 **Vinaigre d'alcool blanc**
1 **Gros sel**

Étape 1

Préparation des petits pois

- 1 Dans une casserole, faire bouillir de l'eau.
- 2 Verser une pincée de gros sel lorsque l'eau arrive à ébullition.
- 3 Jeter les petits pois dans l'eau et laisser cuire 5 à 10 minutes en fonction de la grosseur des petits pois.
- 4 Une fois cuit, plonger les petits pois dans l'eau glacée à l'aide d'une écumoire.
- 5 Égoutter soigneusement les petits pois dans une passoire.
- 6 Verser les petits pois dans le bol d'un blender.
- 7 Ajouter du bouillon ou un fond de volaille froid à hauteur des petits pois.
- 8 Ajouter de l'huile d'olive pour apporter de l'onctuosité.
- 9 Effeuer la menthe fraîche, mettre quelques feuilles dans le blender.
- 10 Saler et poivrer.
- 11 Mixer les ingrédients.
- 12 Vérifier la texture, avec une cuillère, si la cuillère est bien

nappée, la consistance est parfaite.

Étape 2

Préparation du chèvre frais et des radis

- 1 Sortir le chèvre, le mettre dans un bol, assaisonner de sel et de poivre.
- 2 Ajouter un filet d'huile d'olive.
- 3 Effeuille de la menthe et la ciseler.
- 4 Ajouter la menthe au chèvre et mélanger le tout à la fourchette. Réserver.
- 5 Dans un cul de poule rempli d'eau, verser le vinaigre blanc.
- 6 Couper les fanes en laissant environ 2cm, couper les racines des radis. Plonger les radis dans l'eau vinaigrée.
- 7 Bien nettoyer les radis puis les égoutter.
- 8 Préparer des croutons avec la demi-baguette.

Étape 3

Dressage

- 1 Déposer les croûtons sur une assiette.
- 2 Étaler le chèvre écrasé à la fourchette sur les croutons.
- 3 Émincer les radis finement et les déposer sur le chèvre.
- 4 Ciseler de quelques feuilles de menthe et les disposer sur les radis et les fanes.
- 5 Verser le velouté de petits pois dans une assiette creuse. Disposer les toasts au chèvre sur le bord de l'assiette. Poivrer le velouté.