



Soupes froides

Soupe froide de petits pois



2h25 5 min 20 min 2h 57

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

250 g **Petits pois**
50 cl **Bouillon de légumes**
4 feuille(s) **Menthe fraîche**
1 c. à café **Huile d'olive**
1 **Poivre**
1 **Sel**

Étape 1

Préparation de la soupe

- 1 Mettre le bouillon de légumes dans une casserole, le saler et le chauffer jusqu'à ébullition. Y ajouter alors les petits pois et laisser cuire à petits bouillons pendant une vingtaine de minutes. Le temps de cuisson des petits pois dépend notamment de leur taille, il faut donc surveiller la cuisson et ne pas hésiter à goûter.
- 2 Verser les petits pois dans une passoire en gardant le bouillon de cuisson. Passer les petits pois sous l'eau froide.
- 3 Mettre les petits pois dans le mixeur, ajouter la menthe et l'huile d'olive et mixer le tout. Une fois une pâte grossière obtenue, ajouter du bouillon au goût, la moitié environ, jusqu'à obtenir la consistance désirée.
- 4 Laisser refroidir au frais.

Étape 2

Dressage

- 1 Saler et poivrer si nécessaire et servir dans des petits bols avec éventuellement quelques feuilles de menthe dessus.