

Soupes froides

Soupe de concombre mentholée, chantilly de pesto



30 min **15 min** **0** **15 min** **329**
 TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Réalisation de la chantilly de pesto

- 1 Dans un saladier, mélanger la crème liquide et le pesto.
- 2 Ajouter une pincée de piment d'Espelette et verser la préparation dans le siphon.
- 3 Fermer le siphon, insérer le gaz et réserver au frais pendant 10 minutes.

Étape 2

Préparation de la soupe

- 1 Peler le concombre, couper les extrémités puis le couper en deux dans la longueur.
- 2 Epépiner le concombre en raclant le coeur avec une cuillère à soupe, le tailler en morceaux. Réserver.
- 3 Effeuille la menthe, ajouter les feuilles au concombre.
- 4 Mixer le concombre dans un blender avec un fond d'eau. Assaisonner de sel et de piment d'Espelette, mixer à nouveau.

Étape 3

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la soupe de concombre mentholée

3 **Concombre**
 1 botte(s) **Menthe fraîche**
 1 **Sel**
 1 **Piment d'Espelette**

Ingrédients pour la chantilly de pesto

150 g **Pesto**
 1 litre(s) **Crème liquide
(fleurette)**
 1 **Piment d'Espelette**

Dressage

- 1 Sortir le siphon du réfrigérateur.
- 2 Remplir des bols de soupe de concombre.
- 3 Couvrir délicatement la soupe avec la chantilly au pesto, siphon tête en bas.
- 4 Décorer les bols d'une pointe de piment d'Espelette et le plat de service avec une tête de menthe.