



Soupes chaudes

Soupe à l'orge perlé et aux légumes



1h 15 min 45 min 0 217

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

60 g **Orge perlé**
4 **Pomme(s) de terre**
2 **Carotte(s)**
2 **Poireau**
2 **Navet**
1 litre(s) **Bouillon de légumes**
2 feuille(s) **Laurier**
1 **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des légumes

- 1 Eplucher et émincer finement l'oignon.
- 2 Eplucher tous les légumes.
- 3 Couper les pommes de terre et les navets en morceaux.
- 4 Couper les carottes en petits dés.
- 5 Couper les poireaux dans le sens de la largeur.

Étape 2

Préparation de la soupe à l'orge perlé et aux légumes

- 1 Dans une casserole, faire revenir l'oignon dans un peu d'huile d'olive.
- 2 Verser le bouillon de légumes et porter à ébullition.
- 3 Verser l'orge perlé, le laurier et assaisonner.
- 4 Faire cuire à couvert pendant 30 minutes sur feu moyen.
- 5 Ajouter les légumes.
- 6 Prolonger la cuisson de 15 minutes.

Étape 3

Dressage

- 1 Servir la soupe bien chaude.