



Soupes chaudes

Soupe de pois jaunes



10h

TEMPS TOTAL

15 min

PRÉPARATION

1h45

CUISSON

8h

REPOS

427

CALORIES

Étape 1

Préparation de la soupe

- 1 Faire tremper les pois jaunes dans un saladier d'eau froide pendant 8 heures, en changeant l'eau toutes les 2 heures.
- 2 Peler les carottes à l'aide d'un économe, les couper en rondelles à l'aide d'un couteau éminceur.
- 3 Peler l'oignon et l'ail. Ciseler l'oignon à l'aide d'un couteau éminceur et couper l'ail en deux.
- 4 Couper l'échine de porc en cubes et les tranches de poitrine de porc en morceaux réguliers.
- 5 Egoutter les pois jaunes à l'aide d'une passoire, les mettre dans une cocotte avec la poitrine et l'échine de porc.
- 6 Ajouter les oignons, l'ail, les carottes, le laurier et les clous de girofle. Saler, poivrer et verser le bouillon de légumes.
- 7 Porter à ébullition, puis retirer les impuretés remontant à la surface à l'aide d'une écumoire.
- 8 Baisser le feu et couvrir. Laisser mijoter pendant 1h45 sur feu doux, en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois.

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour les viandes

4 tranche(s) **Poitrine de porc fumée**
400 g **Echine de porc**

Ingrédients pour la soupe

300 g **Pois cassés**
2 **Carotte(s)**
1 **Oignon(s)**
2 **Gousse(s) d'ail**
2 feuille(s) **Laurier**
2 unité(s) entière(s) **Clou(s) de girofle**
1.5 litre(s) **Bouillon de légumes**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

1 branche(s) **Persil frisé**

Étape 2

Dressage

- 1 Apporter la cocotte directement à table pour une présentation conviviale.
- 2 Décorer avec un peu de persil, servir bien chaud à l'aide d'une louche dans des assiettes creuses.