Soupes chaudes

Potage à l'arachide

40 min	20 min	20 min	0	530
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation du potage

1. Hacher le blanc de poulet finement à l'aide d'un couteau éminceur puis réserver au frais.
2. Piler les cacahuètes dans un mortier à l'aide d'un pilon. Faire chauffer une poêle sur feu vif puis y faire torréfier les arachides pendant 5 minutes et réserver.
3. Faire fondre le beurre dans une cocotte et y verser la farine en pluie. Mélanger à l'aide d'un fouet afin de réaliser un roux.
4. Verser progressivement le bouillon en remuant puis porter à ébullition. Ajouter le poulet haché et les arachides torréfiées puis saler et poivrer. Laisser mijoter pendant 10 minutes.
5. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois sur feu doux. Lorsque le potage est bien épais, ajouter la crème épaisse et mélanger à l'aide d'un fouet.

Étape 2

Dressage

1. Piler les cacahuètes dans un mortier à l'aide d'un pilon. Faire chauffer une poêle sur feu vif et y faire torréfier les arachides pendant 5 minutes.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le potage

- 100 g **Cacahuète(s)**
- 200 g **Blanc(s) de poulet**
- 1.2 litre(s) **Bouillon de volaille**
- 100 g **Crème fraîche épaisse**
- 100 g **Beurre**
- 2 c. à soupe **Farine**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

- 2 c. à soupe **Cacahuète(s)**
- 4 branche(s) **Persil plat**

2. Ciseler le persil à l'aide d'un couteau éminceur.
3. Verser le potage dans des assiettes creuses à l'aide d'une louche puis parsemer de persil et d'arachides torréfiées. Déguster bien chaud.