



COMME UNE SOUPE AU PISTOU

Par Michel Balsadella, *Le Grand Puech*, Mimet

INGRÉDIENTS

Pour la soupe :

- ½ oignon blanc
- 200 g de pommes de terre
- ½ pied de céleri-branche
- 2 blancs de poireau
- 2 côtes de blettes
- 300 g de haricots cocos frais à écosser
- 200 g de haricots marbrés frais à écosser
- 200 g de haricots plats
- 200 g de haricots verts
- 100 g de haricots beurre
- 3 courgettes (1 verte, 1 jaune, 1 ronde)
- 300 g d'huile d'olive vierge extra
- herbes de Provence
- sel, poivre

Pour le pistou :

- 1 botte de basilic (du vert et du violet)
- 2 gousses d'ail
- 200 g de parmesan fraîchement râpé
- 200 g d'huile d'olive vierge extra

Finition :

- 100 g de petites pâtes artisanales
- 2 tomates

PRÉPARATION

Laver, éplucher, écosser, tailler... bref, parer tous les légumes de la soupe. Les détailler en morceaux de tailles similaires (2-3 cm d'épaisseur).

Préparer un bouillon végétal avec les épluchures.

Faire cuire les haricots à écosser dans de l'eau avec des herbes de Provence.

Faire revenir les oignons et les pommes de terre dans l'huile d'olive. Ajouter les autres légumes progressivement, en réservant pour la fin ceux qui cuisent rapidement.

Quand les légumes sont presque cuits, incorporer les haricots égouttés.

Verser le bouillon filtré et laisser mijoter pendant 10 min.

Préparer le pistou en écrasant les ingrédients au mortier ou en les mixant. Réserver du parmesan et quelques feuilles de basilic pour la finition.

Faire cuire les pâtes dans la soupe.

La servir surmontée de pistou, avec les tomates émondées et coupées en morceaux, du parmesan râpé, un filet d'huile d'olive et des feuilles de basilic.

Vous pouvez aussi, quand l'automne est là, faire revenir quelques champignons et un peu de potimarron, puis les déposer sur les assiettes pour mettre encore plus de couleur.

Une recette préparée sur le plateau de l'émission C à vous (France 5) en octobre 2021.

