

Soupe tomates, parmesan, cresson alénois, basilic, fleurs de chicorée

En marchant dans les champs, vous pouvez trouver des fleurs de chicorée... elles sont comestibles. Assurez-vous seulement que les champs n'ont pas été traités. J'ai aussi ajouté du cresson alénois. Le goût ressemble beaucoup à celui de la roquette. Si vous n'en trouvez pas, pas grave, utilisez de la roquette! Voici donc de quoi me réchauffer en ces fraîches journées automnales...



Ingrédients

- 400 à 500 g de tomates
- 1 petite poignée de fleurs (ou feuilles) de basilic (ici du citronné)
- 1 petite poignée de cresson alénois ou de roquette
- 10 à 20 fleurs de chicorée
- 100 à 150 g de parmesan
- Sel et poivre

Coupez les tomates en morceaux. Déposez-les dans une casserole. Couvrez d'eau. Amenez à ébullition, réduisez le feu et laissez cuire pendant au moins 1 heure à feu doux. Retirez le couvercle. Faites cuire à feu doux le temps que l'eau s'évapore de moitié. Mixez.

Juste avant de servir, ajoutez les feuilles de cresson alénois et le basilic. Mixez. Assaisonnez. Ajoutez le parmesan râpé. Décorez de fleurs de chicorée sauvage.



Cresson alénois



Fleur de chicorée sauvage

Mes suggestions

- Recettes de Soupes...
- Que faire avec...

