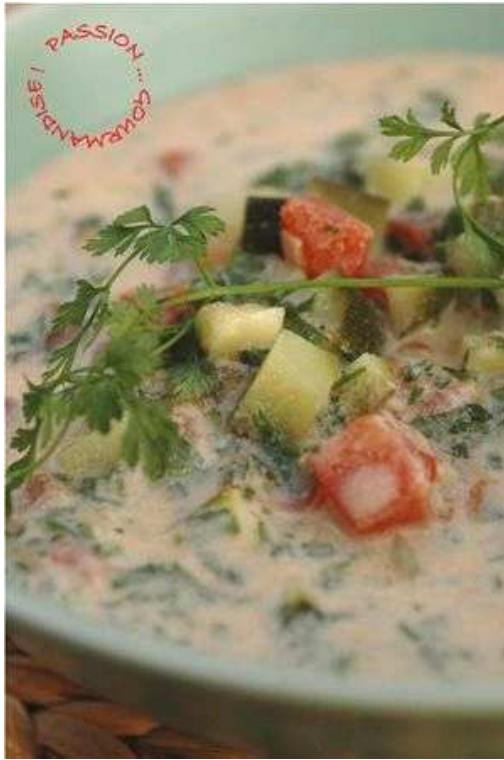


SOUPE PRINTANIERE AU LAIT DE COCO, PETITS LEGUMES & HERBES AROMATIQUES

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min

Cuisson : 40 min



1 oignon
2 gousses d'ail
1 noix de gingembre
1 petit piment
2 courgettes
3 tomates
1 cuillère à soupe de concentré de tomate
1 petit bouquet de coriandre
1 petit bouquet de cerfeuil
12 feuilles de basilic
50 cl de lait de coco
1 citron vert
huile d'olive
sel
poivre

- 1 Eplucher l'oignon, l'ail, le gingembre et les hacher finement.
- 2 Epépiner le piment et le couper en petits morceaux.
- 3 Laver courgettes et tomates et les couper en petits dés.
- 4 Laver et égoutter les herbes, retirer les tiges et les ciseler.
- 5 Dans une casserole, faire chauffer un filet d'huile d'olive, y faire revenir oignon + ail + gingembre sans qu'ils se colorent. Ajouter les dés de tomates et de courgettes, le concentré de tomate, le piment (éventuellement) et 1/2 verre d'eau puis laisser compoter pendant 5 min en remuant de temps à autre.
- 6 Verser 50 cl de bouillon de légumes ou de volaille et les 50 cl de lait de coco. Saler, poivrer, couvrir et faire cuire 20 min à feu doux. Au bout des 20 min, ajouter les herbes ciselées et le jus de citron vert. Poursuivre la cuisson 10 min. Répartir dans des bols et servir aussitôt !