

ENTREE

Soupe aux fanes de betteraves et à la mizuna

Recette de Ghislain Joguet, Panier bio à 2 roues

Ingrédients pour 4 personnes

1 botte de betteraves (albina Vereduna, Golden)
120 gr de feuilles de chou mizuna
1 panais
1 oignon
1 grosse pomme de terre
beurre
eau

Préparation

Couper les feuilles des betteraves à 3 cm des racines, réserver les betteraves pour la garniture du plat.

Laver les feuilles de betteraves et de mizuna à l'eau.

Peler, couper la pomme de terre et le panais en morceaux de taille égale, peler et émincer l'oignon, récupérer les tiges de choux plumes, les laver et les émincer.

Laissez fondre l'oignon pendant quelques minutes dans le beurre puis ajouter les légumes, les faire revenir trois minutes et couvrir avec l'eau, assaisonner, porter à ébullition et laisser cuire à couvert pendant une vingtaine de minutes.

Mixez et vérifiez l'assaisonnement.