



Soupe repas au bœuf



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

500 grammes de bouilli
1 cuillère à soupe d'huile d'arachide
1 gros oignon (haché finement)
3 gousses d'ail (écrasées)
2 tomates
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
2 1/2 l d'eau
1 grosses carottes (en rondelles)
1/4 chou chinois (finement émincé)
2 feuilles de laurier
500 grammes de pommes de terre (épluchées et en dés)
1 cuillère à soupe d'huile de sésame
1 bouquet de coriandre
1 cuillerée à thé de sel
poivre noir (au goût)

Méthode de préparation

- 1.** Épongez la viande à soupe et faites-la dorer dans de l'huile d'arachide. Ajoutez l'oignon et l'ail finement hachés. Laissez revenir un moment.
- 2.** Ajoutez les tomates coupées en morceaux et le concentré de tomates. Laissez également revenir.
- 3.** Versez l'eau et laissez mijoter pendant une heure. Ajoutez la carotte, le chou chinois et les feuilles de laurier. Laissez mijoter encore 30 minutes. Assaisonnez avec du poivre et du sel.
- 4.** Ajoutez les dés de pommes de terre et laissez cuire à nouveau jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
- 5.** Terminez avec un peu d'huile de sésame et de la coriandre.