



Soupe d'asperges aux crevettes et coulis de cresson

Temps de préparation

< 30 min

Difficulté

Moyenne



Ingrediënten

250 ml crème culinaire extra légère

800 grammes d'asperges blanches

150 grammes de champignons

1 échalot

1 gousse d'ail

cube de bouillon de poisson (1 cube)

3 cuillères à soupe de l'huile végétale (bij voorkeur druivenpitolie, plus wat extra voor de soep)

100 grammes de crevettes (ongepeld, grijs)

citron vert (enkel sap)

sel et poivre

Bereidingswijze

- 1.** Épluchez et coupez les asperges en morceaux. Coupez les champignons en tranches. Hachez finement l'échalote et l'ail. Faites mijoter les deux dans un filet d'huile jusqu'à ce que l'échalote soit translucide. Ajouter les asperges et laisser mijoter encore 2 minutes. Déglacer avec 1 litre d'eau et ajouter le cube de bouillon de poisson, le bouquet garni et les champignons. (Pour plus de saveur, placez les pelures d'asperges dans une passoire à thé refermable ou un sachet de café et ajoutez-les à la soupe.) Portez à ébullition et laissez mijoter pendant 10 minutes.
- 2.** Pendant ce temps, préparez le coulis de cresson. Gardez quelques touffes de cresson de côté pour la finition. Hachez grossièrement le reste et mélangez finement avec l'huile végétale. Assaisonnez avec du sel et du poivre.
- 3.** Retirer le bouquet garni (et la passoire à thé ou le sachet de café avec les pelures d'asperges) de la soupe et mélanger finement les légumes avec l'Alpro soja Cuisine. Si la soupe est trop épaisse, ajoutez un peu de bouillon de poisson. Assaisonner avec du sel, du poivre et du jus de citron vert.
- 4.** Servir la soupe aux asperges avec les crevettes grises pelées et le coulis de cresson.