

Potage de choux-raves aux pommes avec noix épicées et pop-corn au curry



Aujourd'hui, nous allions l'équipe de rêve - pomme et chou-rave - dans une soupe garnie de noix épicées et de pop-corn au curry croustillants.

Le potage au chou-rave et aux pommes est une entrée légère, idéale pour ouvrir un repas à plusieurs plats. Selon les préférences personnelles, on peut prendre des pommes sucrées ou acides.

Une garniture aux épices orientales apporte un petit plus au plat. Il n'est pas facile de préparer des petites quantités; il est donc préférable de hacher les quantités nécessaires pour préparer la soupe et de consommer le reste comme en-cas. Important: laissez bien évaporer et refroidir le pop-corn et les noix épicées pour qu'ils soient bien croustillants.

Noix épicées

- 1 petit œuf, uniquement le blanc d'œuf
- 1 cs rase de cannelle
- 1 cs rase de garam masala
- 1 cc rase de coriandre
- 50 g de sucre
- 200 g de noix de cajou
- 200 g d'éclats d'amandes

Potage

- 1½ cs d'huile neutre, par ex. huile de colza
- 600 g de chou-rave, épluché et coupé en dés
- 200 g de pommes, pelées, épépinées et coupées en dés
- 1 pomme de terre moyenne, farineuse, pelée et coupée en dés
- 600 à 700 ml de bouillon
- 150 ml de crème entière
- 1 prise de noix de muscade
- Sel et poivre

Pop-corn au curry

- 1½ cs d'huile neutre, par ex. huile de colza
- ½ cs de beurre
- 25 g de maïs à pop-corn
- ¼ cc de sel
- 1 cc de curry en poudre

Noix épicées

1. Préchauffez le four à 180 °C en mode chaleur inférieure et supérieure.
2. Battez légèrement le blanc d'œuf et le sel.
3. Ajoutez les épices restantes et le sucre et battez à nouveau brièvement.
4. Ajoutez les noix, mélangez bien jusqu'à ce que toutes les noix soient enrobées.
5. Répartissez les noix sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et cuisez-les pendant environ 15 à 20 minutes suivant le four. Retournez-les une fois pendant la cuisson.
6. Laissez refroidir complètement les noix pour qu'elles deviennent croustillantes.

Potage

1. Chauffez l'huile dans une casserole, ajoutez les cubes de légumes et de fruits, faites revenir brièvement, puis versez le bouillon (ajoutez d'abord 600 ml, si le potage devient trop épais; ajoutez 100 ml supplémentaires après l'avoir réduit en purée).
2. Laissez mijoter à feu moyen pendant 15 à 20 minutes. Pendant que la soupe cuit, préparez le pop-corn (voir étape suivante).
3. Réduisez le potage en purée, incorporez la crème et assaisonnez avec de la noix de muscade, du sel et du poivre.

Pop-corn au curry

1. Dans une grande casserole, chauffez fortement 1½ cs d'huile, ajoutez ½ cs de beurre et laissez-le fondre.
2. Ajoutez le maïs à pop-corn, mélangez brièvement, baissez immédiatement le feu au minimum et mettez le couvercle.
3. Secouez de temps à autre la casserole pour que le contenu se répartisse bien et que rien ne brûle. Le pop-corn est prêt au bout de 1 à 2 minutes. Versez le pop-corn dans une jatte pour qu'il s'évapore, assaisonnez-le avec du sel et du curry.
4. Versez le potage dans les assiettes. Garnissez avec les noix refroidies et le pop-corn, entiers ou légèrement hachés suivant les préférences.

Temps de préparation: environ 1 heure et 10 minutes

Le Muzot Réserve Cuvée Rouge du Valais AOC

Robe rouge vigoureux aux reflets tuilés. Nez intense de baies et de fruits mûrs, avec de délicates notes d'épices. Bouche pleine aux tanins ronds et moelleux. Finale merveilleusement persistante.

[Voir dans le weinshop](#)

