

Soupe d'orties

(Pour 4 personnes)



Poireau émincé (facultatif) 1
Pommes de terre en dés 5
Laurier 1 feuille
Muscade
Orties 200 g de feuilles
Purée d'amandes ou crème 1 cuillère à soupe

Faire revenir le poireau et les pommes de terre
Ajouter 80 cl d'eau, le laurier, du sel et la muscade
Couvrir et laisser cuire 20 mn
Ajouter les orties et cuire encore 2 mn
Ajouter la crème



Solange Delbreil

Les AMIS
du JARDIN