

SOUPE DE LÉGUMES

Recette réalisée par Claire de Saint Herblain

INGRÉDIENTS (POUR 2 LITRES DE SOUPE) :

- 2 verres de lentilles
- 3 carottes
- 2 céleris raves
- 3 poireaux
- Quelques pincées d'épices
- Poudre açai
- Sel
- Poivre

DIRECTION :

- Mettez les lentilles à cuire dans de l'eau bouillante.
- Lavez, pelez et découpez les légumes.
- Ajoutez les dans la casserole où se trouvent les lentilles.
- Attendre 30 minutes, le temps de cuisson des lentilles.
- Salez, poivrez, ajoutez quelques épices et la poudre d'açaï.
- Laissez refroidir, puis mixer.

