

Caldo verde local



Recette de Julie Aubé et photo de Rachel Ouellette

Portions : 4

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson: 30 minutes

Se congèle

Ingrédients

3 c. à soupe (45 ml) d'huile de caméline

1 gros oignon haché

2 gousses d'ail hachées (ou 2 c. à soupe de pesto de fleur d'ail)

1 tasse (250 ml) de poireaux émincés congelés (sans poireau, mettre plus d'oignon haché)

2 tasses (500 ml) de chou vert, émincé

Sel au goût (selon le bouillon utilisé)

1 grosse pomme de terre pelée et coupée en petits dés (environ 2 tasses)

¼ c. à thé (1 ml) de pousses de sapin séchées moulues

4 tasses (1 litre) de bouillon de légumes ou de volaille

100 g de chorizo local, en dés ou en rondelles

1 tasse (250 ml) de lentilles locales cuites (beluga ou Du Puy)

1 rondelle de kale congelée ou autre verdure locale de vos provisions

Piment Gorria moulu au goût (selon le piquant du chorizo)

Préparation

1. Dans un chaudron, chauffer l'huile à feu moyen-vif et y faire suer l'oignon jusqu'à ce qu'il soit translucide mais sans coloration.
2. Ajouter l'ail, le poireau, le chou et le sel. Baisser le feu à moyen et suer environ 8 minutes pour faire sortir l'eau de végétation.
3. Ajouter les pommes de terre et le sapin, bien mélanger et ajouter le bouillon. Porter à ébullition, réduire le feu et mijoter doucement 10 minutes.
4. Prélever la moitié du mélange dans un bol, et mixer l'autre moitié au pied mélangeur. Remettre la partie prélevée dans le chaudron, ajouter le chorizo, les lentilles cuites et le kale. Mélanger et poursuivre la cuisson de 8 à 10 minutes.
5. Rectifier l'assaisonnement avec le piment Gorria et du sel, et servir avec un bon pain grillé et un filet d'huile de caméline.

Quelques petites notes...

- Les pousses de sapin moulues s'achètent auprès des cueilleurs et des magasins qui offrent leurs produits. Si vous n'en trouvez pas, ça va être bon quand même! Le thym séché peut fonctionner; allez-y avec une pincée d'abord et ajustez la quantité après avoir goûté.
- Selon le type de chorizo local utilisé et vos goûts, il peut être ajouté tel quel ou légèrement rôti au préalable.

Lien vers la recette: <https://cariboumag.com/2021/01/caldo-verde-local/>