

Potage à la tomate



Recette de Julie Aubé et photo de Rachel Ouellette

Rendement: 4 portions

Temps de préparation: 20 minutes

Temps de cuisson: 40 minutes

Ingrédients

3 tasses (750 ml) de tomates italiennes pelées, épépinées et coupées en dés (soit environ 1 kg ou 8 tomates italiennes de taille moyenne) – voir note

1/4 tasse (60 ml) d'huile de tournesol ou de caméline (plus pour le service)

1 petit oignon haché très finement

1 branche de céleri hachée très finement

3 gousses d'ail hachées très finement

1/2 c. à thé (2,5 ml) de piment Gorria

3 tasses (750 ml) de petits cubes de 1 cm d'un bon pain un peu moins frais, sans la croûte

2 tasses (500 ml) de bouillon de poulet

Sel au goût

1 grosse poignée de basilic frais haché (plus pour le service)

1 grosse poignée de fromage type parmesan local râpé

Préparation

1. Préparer les tomates (voir note) et réserver.
2. Dans une casserole à feu moyen-vif, chauffer l'huile et y faire revenir l'oignon, le céleri, l'ail et le piment pendant environ 5 minutes.
3. Ajouter les tomates, porter à ébullition, puis baisser le feu et laisser mijoter doucement pendant environ 10 minutes, en brassant à l'occasion.
4. Ajouter le pain et bien mélanger pour qu'il s'imbibe de jus de tomate. Écraser le pain avec une cuillère en bois pour défaire les cubes.
5. Ajouter le bouillon, porter à ébullition et laisser cuire très doucement en brassant régulièrement pendant 20 minutes. Continuer d'écraser ce qui pourrait rester de pain à l'aide de la cuillère de bois.
6. Lorsque la texture de la soupe est épaisse et pratiquement uniforme, fermer le feu et ajouter le basilic et le fromage. Mélanger, goûter et ajuster le sel et le piment au goût.
7. Servir avec d'un filet d'huile et quelques feuilles de basilic frais. (S'il vous reste de la soupe pour le lendemain, réchauffer avec une ou deux cuillères d'eau).

Note et variante:

- **Note:** Pour peler les tomates italiennes, porter à ébullition une grosse casserole d'eau. Enlever le pédoncule et faites une croix à la base des tomates avec un couteau d'office. Plonger les tomates dans l'eau jusqu'à ce que la peau commence à retrousser (1-2 minutes). Plonger dans l'eau froide glacée et retirer la peau.
- **Variante:** Cette recette est proposée à base des tomates fraîches, puisqu'elles sont abondantes encore et que c'est le temps d'en profiter! Pour une version express, si vous avez mis en conserve ou congelé du coulis de tomate, vous pourriez remplacer les tomates en dés par ce coulis. Si vous avez plutôt de la sauce, plus épaisse, utilisez-en plutôt 2 tasses (500 ml) allongée avec un peu d'eau. Conserver du coulis ou de la sauce tomate permet de faire cette soupe en plein hiver, en troquant le basilic frais par un peu de pesto de vos provisions!

Lien vers la recette: <https://cariboumag.com/2021/09/potage-a-la-tomate/>