Soupe à l'orge avec bouilli et lardons

Mon choix.

Durée totale: 1 h 30 min

Temps actif: 50 min

Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

600 g	poitrine de veau suisse
500 g	os de veau suisse
100 g	lardons de porc suisse
2	oignons
500 g	légumes à soupe (carottes, céleri, poireau)
1 cc	poivre noir en grains
4	clous de girofle
2	feuilles de laurier
4	brins de thym
200 g	carottes
150 g	céleri
150 g	poireau
150 g	champignons bruns
1 cs	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
1.5 l	bouillon du bouilli
100 g	orge perlée
	sel
1 bouquet	ciboulette
2 dl	crème
	poivre noir du moulin

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

623	kcal
42 g	de protéines
27 g	de glucides
38 g	de lipides

Contient du gluten

Contient du lactose

Alimentation 100% sans OGM

Les aliments destinés à nos animaux d'élevage ne contiennent ni organismes génétiquement modifiés (OGM), ni farines animales, ni hormones ou antibiotiques pour stimuler les performances.

Préparation

1 Sortir la viande du réfrigérateur 1 heure à l'avance.

2 Couper un oignon non pelé en deux et le faire revenir sur la surface coupée dans une poêle sans matière grasse. Réserver le deuxième oignon.

3 Laver les légumes à soupe et les couper en gros morceaux. Mettre les légumes à soupe, l'oignon grillé, le poivre, les clous de girofle, le laurier et le thym dans une casserole avec la viande de veau et les os et recouvrir d'une grande quantité d'eau. Porter le tout à ébullition, puis laisser cuire la viande pendant environ 1 heure et demie jusqu'à ce qu'elle soit tendre. Si nécessaire, écumer de temps en temps.

4 Peler l'oignon restant, les carottes et le céleri. Hacher finement l'oignon, couper les carottes et le céleri en petits dés. Laver le poireau et le couper en deux puis en fines lamelles. Couper les champignons en deux ou quatre selon la taille.

5 Lorsque la viande est tendre, la retirer du bouillon et la réserver. Passer le bouillon au-dessus d'un saladier.

6 Chauffer l'huile dans une poêle et y faire revenir les lardons. Ajouter les légumes préparés ainsi que les champignons et faire revenir le tout. Ajouter le bouillon et l'orge, saler et cuire la soupe à couvert pendant 20 minutes.

7 Entre-temps, découper le bouilli en dés de 1 cm. Ciseler finement la ciboulette. Ajouter les deux ingrédients à la soupe avec la crème et, si nécessaire, ajouter un peu de bouillon. Donner un bouillon à la soupe, rectifier avec du sel et du poivre.