

Soupe à la crème norvégienne

🍲 4 portions · ⌚ prep. 10m · 🕒 cuisson 30m

🐟 poisson ● œufs 🥛 lait

Soupe crémeuse au thon avec légumes variés et jaune d'œuf. Inspirée de la cuisine norvégienne, prête en 40 minutes.

Norvège

INGRÉDIENTS

☐ oignon	1	☐ champignons	100 g
☐ huile d'olive		☐ gousses d'ail	2
☐ beurre	20 g	☐ thon, <i>en pavés ou en conserve</i>	400 g
☐ poireau	1	☐ sel	
☐ poivron	1	☐ poivre	
☐ carotte	1	☐ thym	
☐ piment fort	1	☐ jaune d'œuf	1
☐ pommes de terre, <i>en cubes</i>	2	☐ crème	100 ml
☐ eau	2 l	☐ persil frais, <i>haché finement</i>	

PRÉPARATION

1. Hacher finement l'oignon. Faire revenir dans une cocotte avec l'huile d'olive et le beurre à feu moyen.
2. Hacher finement le poireau. Hacher le poivron. Râper la carotte. Hacher le piment fort. Ajouter le tout dans la cocotte et laisser mijoter 7 minutes.
3. Couper les pommes de terre. Verser eau et faire bouillir 15 minutes.
4. Couper les champignons. Faire revenir 3 minutes à feu moyen. Hacher finement les gousses d'ail et faire cuire encore 2 minutes.
5. Faire revenir les thon 2 minutes de chaque côté. Ajouter sel, poivre et thym. Cuire encore 15 minutes.
6. Dans un bol, battre le jaune d'œuf avec la crème. Délayer avec un peu de soupe chaude puis verser le mélange dans la cocotte en mélangeant.
7. Éteindre le feu et laisser reposer 15 minutes.
8. Parsemer de persil frais au moment de servir.