



SOUPE MINISTRONE LA PERLE DU SUD

6 À 8 PORTIONS

INGRÉDIENTS

1 jarret de porc
900 ml de bouillon de poulet
1 c. à soupe d'huile de canola ou huile d'olive
1 boîte de tomates en dés
1 boîte de légumineuses au choix
1 tasse d'haricots verts
1 oignon jaune large haché finement
2 c. à thé d'ail haché
1 tasse de céleris coupés en dés
1 tasse de carottes coupées en dés
1 tasse d'épinards lavés
2 feuilles de laurier
½ c. à thé d'origan séché
½ c. à thé de basilic frais haché
½ c. à thé de persil séché haché
2 ½ tasses de petites coquilles
1 c. à soupe de base de bouillon de boeuf concentré

PRÉPARATION

1. Faire revenir le jarret dans l'huile.
2. Ajouter l'oignon et l'ail.
3. Ajouter les céleris, les carottes, les haricots verts et les légumineuses et faire revenir 4 à 5 minutes.
4. Ajouter le bouillon de poulet et les tomates.
5. Faire mijoter environ 1h30.
6. Dans les dernières minutes, ajouter les nouilles, les épinards et le concentré de boeuf.
7. À la fin, retirer le jarret, effilocheur et remettre la viande dans la soupe si désiré.

