



Soupe D'Épinard

Ispanak Çorbası



- 1 botte d'épinards
- 1 oignon moyen
- 7 cuillères à soupe d'huile de tournesol
- 1,5 tasse à thé de farine
- 3 tasses de lait
- 6 tasses de mélange d'eau et de bouillon de bœuf
- 1 cuillère à café de poivre noir
- 2 cuillère à café de sel
- 1 tasse de fromage râpé

- # Lavez les épinards, coupez les tiges finement et les feuilles largement. Hachez les oignons finement.
- # Mettez les épinards et les oignons coupé, dans une casserole. Rajoutez de l'huile de tournesol puis mélangez.
- # Fermez le couvercle de la casserole. Laissez cuire sans ouvrir le couvercle à basse température pendant 25 minutes. (Le four est à basse température, donc les épinards ne seront pas cuits et la couleur ne changera pas)
- # A la fin du temps, retirez la casserole du four. N'ouvrez pas le couvercle pendant 10-15 minutes.
- # Quand la vapeur des épinards est installé, ouvrez le couvercle. Passez au robot pour obtenir au robot.
- # Mettez la purée, dans la casserole de soupe. Rajoutez du lait et de la farine, mélangez le contenu avant de mettre au four.
- # Mettez la casserole à moyenne température, rajoutez de l'eau et du bouillon de bœuf en continuant à mélanger.
- # Quand la soupe bouillit, réglez le four à basse température. Rajoutez du sel et du poivron noir. Laissez bouillir encore 5 minutes puis retirez du four.
- # Mettez la soupe chaude dans les bols. Saupoudrez du parmesan râpé puis servez.

N-B: Le lait ne doit pas être rajouté sur la purée d'épinard chaude. Sinon elle sera coupée.