Soupe thaï aux carottes, patate douce et papadums

J’ai trouvé cette soupe thaï aux carottes, patate douce et papadums sur le blog de Kitchen Trotter, ou plutôt « j’ai trouvé cette soupe thaï aux carottes et patate douce » car l’idée de l’accompagner de papadums m’est venue d’ailleurs – mais impossible de retrouver où.
Connaissez-vous les papadums? Ce sont des sortes de chips indiennes à base de farine de haricots urd qui sont habituellement servis comme snacks, accompagnées de chutneys (sauces) dans lesquelles elles sont trempées. Vous les trouverez au rayon des cuisines du monde dans les enseignes de la grande distribution ou dans les supermarchés asiatiques.
Kitchen Trotter quant à lui est un site qui me fait beaucoup rêvé: il propose des kits de cuisine du monde entier: le dernier kit proposait par exemple des produits et recettes des Philippines. A défaut de pouvoir recevoir les kits – pas de

chance, je vis en Allemagne et ils ne livrent pas les kits hors de France – je prépare parfois les recettes proposées sur leur blog.

Pour 4 personnes
Préparation : 10 min.
Cuisson : 20 min.

3 c. à s. d'huile d'olive ; 1 oignon pelé et haché ; 2 c. à s. de pâte de curry rouge ; 1 c. à s. de gingembre frais râpé ; 6 gousses d'ail, pelées et émincées ; 1 grosse patate douce, pelée et coupée en dés ; 300 g de carottes, pelées et coupées en dés ; 1 cube de bouillon de poulet ; 450 ml de lait de coco ; 2 c. à s. de sauce de poisson ; 1 c. à c. de poivre noir; 8 papadums

Chauffez l'huile dans une casserole. Ajoutez les oignons et faites-les revenir pendant 3 minutes. Il ne vous reste plus qu'à ajouter le gingembre, l'ail et la pâte de curry. Faites revenir 2 minutes.

Ajoutez la pommes de terre douce, les carottes coupées en dés, et le bouillon. Couvrez et laissez mijoter pendant 15 minutes.

Pendant que la soupe mijote, préparez les papadums: tout d’abord, sortez-les de la boîte. Faites très attention en les manipulant – y compris lorsque vous transporterez la boîte du supermarché jusqu’à chez vous: les papadums s’effritent très facilement.

La preuve en image, mon paquet n’ayant pas résisté au transport…

Faites gonfler les papadums – un à la fois – au micro-ondes et laissez cuire 20 secondes ou jusqu’à ce qu’ils soient secs, gonflés et croustillants. La plupart du temps, certaines parties du papadum ne gonfleront pas. Personnellement je les mange tels quels mais les Indiens laissent les parties non cuites de côté lorsqu’ils mangent les papadums.

Réduisez en purée avec un mixeur plongeant votre bel appareil avant de remettre votre soupe dans la casserole.

Il ne vous reste plus qu’à incorporer le lait de coco, la

sauce de poisson et le poivre noir. Cassez les papadums avec les doigts et servez-les avec la soupe.

Conseil : Pour accompagner votre soupe, ajoutez 1 citron vert coupé en quartiers et/ou des cacahuètes grillées !

Purée de carottes et lentilles corail

J'ai préparé cette purée de carottes et lentilles corail (du site Le Journal des Femmes) pour accompagner des pavés de saumon au chèvre et à la moutarde. Cette combinaison a fonctionné à merveille. A vous de la tester maintenant!

Pour 2 personnes
Préparation : 5 min.
Cuisson : 20 min.

3 carottes ; 120 g de lentilles corail ; 1 cube de bouillon de légumes ; une noisette de beurre ; une pincée de cumin ; une peu de crème liquide ou lait (facultatif) ; sel, poivre

Faites cuire les carottes dans de l’eau avec un demi cube de bouillon pendant environ 20 min. jusqu’à ce qu’elles soient bien fondantes.

En parallèle, portez une petite casserole d’eau à ébullition avec l’autre moitié de cube de bouillon de légumes, puis plongez les lentilles corail. Laissez cuire 15 minutes sur feu doux et égouttez.

Mixez les carottes avec les lentilles, le beurre, une pincée de cumin. Salez et poivrez selon le goût.
Enfin, ajoutez un peu de crème jusqu’à obtention de la texture désirée.

Conseil: Retirez bien tout le bouillon de légumes pour évitez que votre purée ne ressemble à une soupe. Si votre purée est trop liquide, ajoutez 1 ou 2 c. à s. de maïzena ou alors un peu de semoule pré-cuite puis mixée avec la purée.