

## 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 rêver: 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 !*

---

## Soupe de maïs au popcorn salé



**J'ai trouvé cette recette de soupe au pop-corn il y a quelques temps déjà dans un numéro de [Cuisine Actuelle](#). J'ai juste rajouté des épices au popcorn. Et voilà la recette finale!**

*Pour 4 personnes*

*Préparation : 20 min*

*Cuisson : 20 min*

*Pour la soupe : 250g de grains de maïs doux ; 1 oignon ; 50cl de bouillon de légumes ; 25cl de crème liquide ; 1 c. à s. d'huile ; 1 c. à c. de curry ; 1 c. à c. de paprika ; 1 c. à*

*c. de cumin ; sel et poivre*

*Pour le pop-corn : 100g de grains de maïs à éclater (ou un sachet de pop-corn salé) ; 1/2 c. à c. de paprika ; 1/2 c. à c. de cumin ; 25g de beurre ; sel*



Faites revenir à feu doux l'oignon pelé et émincé dans l'huile. Ajoutez le curry, laissez cuire 2 min. en remuant. Mouillez avec le bouillon de légumes. Ajoutez les grains de maïs doux. Salez et poivrez, laissez cuire 20 min.

Mixez finement la soupe au mixeur plongeant en lui incorporant la crème liquide. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement, réchauffez.

Faites fondre le beurre dans une poêle à feu moyen. Ajoutez les grains de maïs à pop-corn, saupoudrez de sel et posez un couvercle sur la poêle. Attendez que les grains soient tous éclatés.

Ou plus simple: Utilisez un sachet de maïs à pop-corn. Glissez le sachet dans le micro-ondes, sans l'ouvrir, placez-le sur une assiette retournée et laissez chauffer le temps indiqué sur l'emballage. Cette méthode est vraiment très rapide !



Mélangez bien le pop-corn salé avec le cumin, le paprika et un peu de beurre.

Répartissez la soupe dans quatre bols. Ajoutez le pop-corn. Saupoudrez d'une pincée de curry et servez aussitôt.



---

**Soupe de carotte, patate douce et coriandre**



Que serait l'univers culinaire sans Marmiton. La recette suivante – une soupe de carotte, patate douce et coriandre – [provient donc du site numéro un](#) de la cuisine française. J'y ai ajouté ma petite touche personnelle en remplaçant la Vache qui rit par de la crème fraîche. J'ai servi cette soupe accompagnée de [chips de surimi](#).

*Pour 4 personnes*

*Préparation : 10 min*

*Cuisson : 25 min*

*1 oignon ; 1 patate douce de taille moyenne ; 1 petit courgette ; 3 carottes ; 2 pommes de terre ; 1 demi c. à c. de coriandre moulue ; sel, poivre ; 1 pot de crème fraîche (ou 4 portions de fromage fondu type Vache qui rit) ; quelques feuilles de coriandre fraîche*

Faites chauffer environ 1 l d'eau salée dans une casserole. Épluchez et émincez l'oignon.

Épluchez et coupez tous les autres légumes. Jetez tous les légumes dans l'eau bouillante. Faites cuire à petit bouillon pendant environ 25 minutes.

Retirez la soupe du feu, moulinez puis ajoutez la coriandre moulue et du poivre à volonté.

Ajoutez la crème fraîche. Mélangez bien.

Décorez avec de la coriandre fraîche ciselée.