

Recettes de cuisine polonaise

En français



Zurek

Une recette de soupe polonaise à base de farine de seigle servie dans du pain

Ingrédients :

- Pour le bouillon :

- Eau : 1.5 l
- Carottes : 2
- Céleri rave : 1
- Poireau : 1
- Aromates ail, thym, laurier
- Persil plat : 0.3 botte
- Sel fin : 2 pincées
- Moulin à poivre : 2 tours
- Huile d'olive : 2 cl

- **Pour le reste de la recette :**

Farine de seigle :100 g

Saucisson à l'ail :1

Eau :10 cl

Pain complet : 1 pièce

Préparation :

- **Pour le bouillon**

-

Laver tous les légumes. Écraser l'ail. Éplucher les carottes, le céleri et l'oignon.

Émincer tous les légumes ainsi que le poireau. Équeuter le persil et le ciseler.

Dans une casserole, faire suer l'oignon avec un filet d'huile d'olive. Ajouter les légumes ainsi que la garniture aromatique, cuire pendant 5 min et saler. Poursuivre la cuisson en ajoutant l'eau

Et cuire 20 min de plus.

Passer ensuite le bouillon de légumes au chinois et rectifier l'assaisonnement en sel et poivre.

- **Pour le reste de la recette**

-

A préparer la veille :

Mettre l'eau dans un bol et mélanger du bout des doigts la farine de seigle versée en pluie.

Réserver ensuite à température ambiante sous un torchon propre.

Tailler le saucisson en fines lamelles.

Faire bouillir le bouillon de légumes dans une casserole, l'assaisonner de sel et de poivre et ajouter la préparation farine de seigle/eau en mélangeant au fouet (la préparation devrait épaissir).

Tailler le chapeau du pain complet et creuser la mie à l'aide d'un couteau.

Garnir le pain de soupe et ajouter les lamelles de saucisson, puis le persil plat.

Smacznego !