



SOUPE DE CHICORÉE ET MELON JAUNE AVEC CROUTONS À L'AIL

Categoria: Premier plats **Tempo di preparazione:** 15 minutes de cuisson **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4

- 250 g de chicorée
- Huile d'olive extra vierge au goût
- 200 g de melon
- 4 tranches de pain de campagne
- 1 gousse d'ail
- 1 oignon
- 1 carotte
- 1 branche de céleri
- 6 dl d'eau
- Sel au goût
- Poivrer au besoin

On pourrait considérer la soupe au melon un plat sucré, mais son association avec la subtile amertume de la chicorée en fait une soupe délicieuse et légère. Des croûtons croustillants ? Pourquoi pas !

Difficulté : **facile**

Coût : **facile**

Temps de préparation : **15 minutes de cuisson**

Portions : **4 personnes**

Préparation

Séparez les feuilles de chicorée et plongez-les dans l'eau pour éliminer toute saleté résiduelle. Répétez l'opération plusieurs fois si nécessaire. Laissez-les blanchir.

Égouttez la chicorée puis coupez-la en petits morceaux. Transférez dans une casserole et faites sauter avec un peu d'huile d'olive extra vierge. Ajoutez l'eau et faites cuire pendant 25 minutes.

Coupez le melon en cubes et faites-le revenir dans une poêle avec de l'huile d'olive extra vierge. Salez et poivrez.

Frottez les tranches de pain dans la gousse d'ail hachée pour les parfumer. Ensuite, coupez le pain en petits morceaux, faites frire dans de l'huile d'olive extra vierge jusqu'à ce qu'ils soient dorés et mettez de côté.

Épluchez la carotte et coupez-la en cubes. Épluchez l'oignon et hachez-le grossièrement. Lavez la branche de céleri et coupez-la en tranches fines. Ajoutez les légumes dans la casserole avec la chicorée. Portez à ébullition et faites cuire une dizaine de minutes. Disposez les croûtons au fond de chaque assiette, puis ajoutez la soupe et le melon. Bon appétit !

