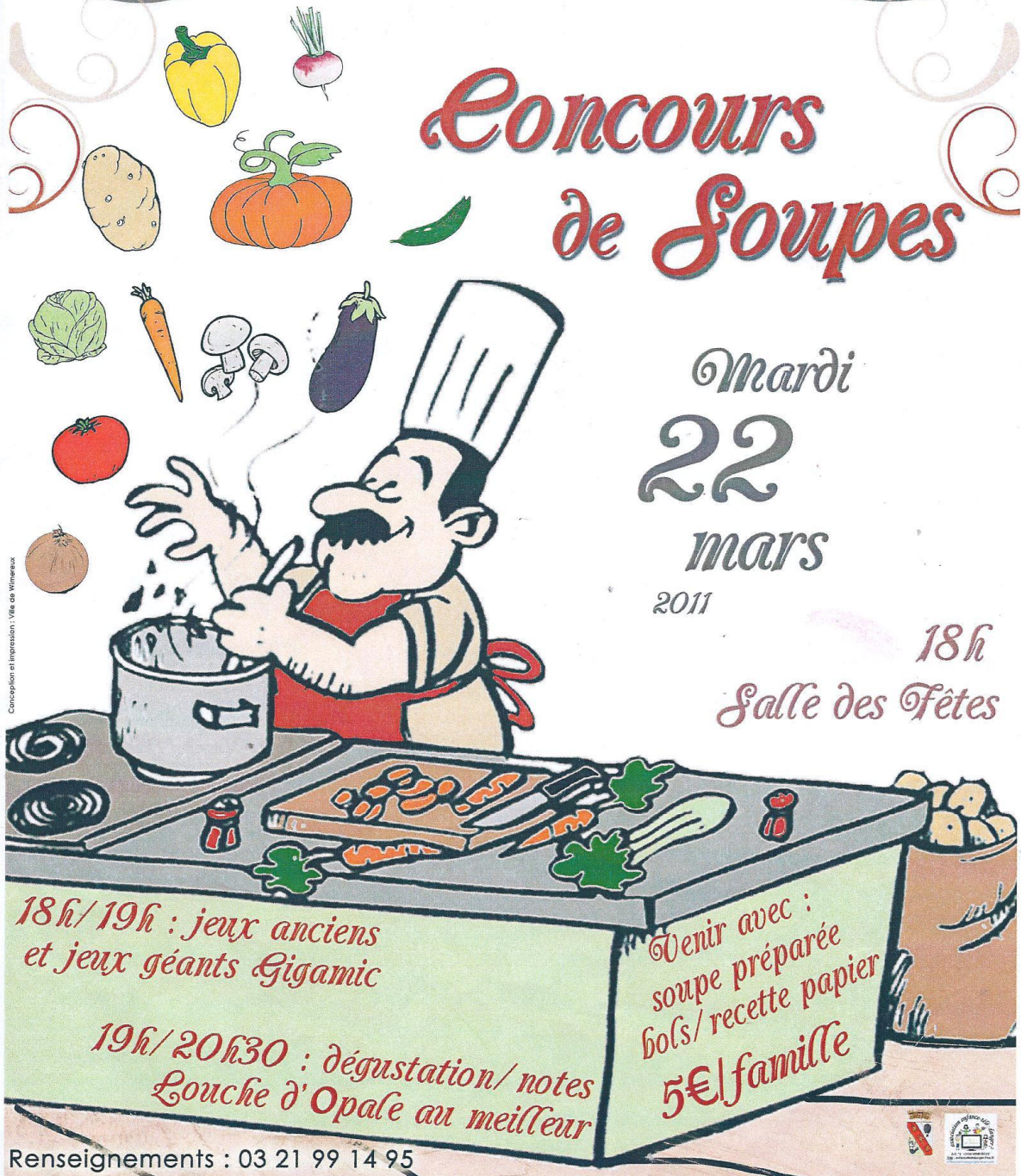


*La Ville de Wimereux
en partenariat avec
Enfance - Télé : Danger?*

Concours de Soupes

*Mardi
22
mars
2011*

*18h
Salle des Fêtes*



*18h/19h : jeux anciens
et jeux géants Gigamic*

*19h/20h30 : dégustation/notes
Louche d'Opale au meilleur*

*Venir avec :
soupe préparée
bols/ recette papier
5€/famille*

Renseignements : 03 21 99 14 95



1^{ER} PRIX

GAGNANTE DE LA LOUCHE D'OPALE

SOUPE DE NOUILLES AU POULET

Pour 4 personnes :

2 cuisses de poulet
150 g de germes de soja frais
2 gros oignons
3 échalotes
3 gousses d'ail
1 citron
1 gros bouquet de coriandre
150 g de nouilles de blé chinoises

2 cuillérées à soupe de farine
25 cl d'huile d'arachide
1 pincée de piment en poudre
1 pincée de cumin en poudre
1 cuillère à café bombée de citronnelle séchées
1 cuillère à café de gingembre en poudre
sel -poivre

-:- -:- -:- -:- -:-

Séparer les cuisses des entrecuisses de poulet. Peler et hacher très finement 2 échalotes et 2 gousses d'ail. Verser 3 cuillérées à soupe d'huile dans une cocotte posée sur le feu. Quand elle est chaude, faire dorer les morceaux de poulet sur toutes leurs faces, puis ajouter le hachis d'échalotes et d'ail et poudrer avec les épices. Verser 1 litre $\frac{1}{4}$ d'eau bouillante, couvrez et laisser mijoter 40 minutes à feu doux.

Peler les oignons, couper les en tranches, séparer les en anneaux. Les poudrer avec la farine, mélanger rapidement. Faire chauffer 20 cl d'huile dans une grande poêle et faire dorer en plusieurs fois, les égoutter et les éponger dans du papier sopalin.

Plonger les nouilles dans une casserole d'eau bouillante salée et laisser cuire 5 à 7 minutes. Egoutter, les arroser avec l'huile restante, mélanger et laisser en attente.

Oter les filaments marron des germes de soja. Peler et hacher l'échalote et l'ail restants, rincer la coriandre et la ciseler.

Filtrer la soupe et garder le bouillon chaud dans une casserole sur feu doux.



Recette de Madame PERNIN



Ingrédients pour une petite marmite :

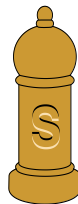
2 oignons

2 carottes

300 gde lentilles vertes du Puy (environ 2 verres)

20 cl de crème fraîche environ

250 g de lardons



thym, laurier, sel, poivre du moulin

Dans une marmite, faire dorer dans du beurre les oignons émincés. Une fois les oignons dorés, ajouter les carottes coupées en morceaux, puis ajouter environ 6 verres d'eau, le thym et le laurier. Laisser cuire 25 minutes.

Vérifier la cuisson des lentilles puis mixer le tout. Introduire la crème fraîche, bien mélanger.

Saler, poivrer.

Faire cuire les lardons séparément, les égoutter et les ajouter dans la marmite.



Recette de Madame BRUNEL

TROISIEME PRIX

SOUPE DE LA
REINE ELISABTEH

Ingrédients :

7 carottes

3 grosses pommes de terre

1 oignon

2 cuillères de crème fraîche

100 g de fromage râpé

une pincée de muscade



Eplucher les carottes et les pommes de terre, l'oignon, les couper en morceaux, faire revenir l'oignon dans une marmite, ajouter les carottes et les pommes de terre, mélanger.

Verser un litre d'eau salée sur l'ensemble, porter à ébullition et laisser cuire environ 30 minutes.

En fin de cuisson, retirer la marmite du feu, ajouter la crème fraîche doucement ainsi que le fromage râpé et une pincée de muscade.



Recette d'Hester PERNIN