LES RECETTES DE TOURNEVENT

CRÈME DE POIS JAUNES

Une recette riche, onctueuse et réconfortante qui met à l'honneur les pois jaunes du Québec.

INGRÉDIENTS

- 1 tasse (220 g) de pois jaunes Tournevent
- 1,25 L de bouillon de légumes ou de poulet
- 1 gros oignon, haché
- 1 gousse d'ail, hachée
- 1 carotte, coupée en dés
- 2 c. à soupe d'huile de canola Tournevent
- 125 ml de crème (ou crème végétale)
- 1 feuille de laurier
- Sel et poivre du moulin

PRÉPARATION

1. La veille, faire tremper les pois jaunes dans l'eau avec 1 c. à soupe de bicarbonate de soude.
2. Dans une grande casserole, chauffer l'huile de canola à feu moyen et faire revenir l'oignon, l'ail et la carotte jusqu'à ce qu'ils soient tendres (environ 5 minutes).
3. Ajouter les pois jaunes (bien rincés et égouttés), le bouillon et le laurier. Porter à ébullition, puis réduire le feu, couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 40 à 45 minutes, jusqu'à ce que les pois soient tendres.
4. Retirer la feuille de laurier. À l'aide d'un mélangeur ou d'un pied mélangeur, réduire la soupe en purée lisse.
5. Incorporer la crème et assaisonner de sel et de poivre. Laisser chauffer quelques minutes sans faire bouillir. Servir chaud

Astuce Tournevent

Ajoutez quelques croûtons maison et un filet d'huile de canola Tournevent juste avant de servir pour encore plus de saveur.

55 MINUTES
Préparation
(plus le trempage)

4 À 6 PORTIONS
En accompagnement

TOURNEVENT MC

Cultivée, récoltée et transformée à Hébertville, Saguenay–Lac-Saint-Jean

Encore plus de recettes !

Scannez le code pour découvrir nos autres recettes et visiter notre boutique en ligne.

www.tournevent.ca