

LES RECETTES DE GENEVIEVE

Potage velouté aux laitues

Recette pour 4 personnes :

Les ingrédients :

Laitues "sucrine" 200 g ; blanc de poireaux 125 g ; beurre 70 g ; farine 70 g ;
Eau 1,25 l ; vinaigre blanc 1 c à soupe ; gros sel ; crème fraîche 50g ; sel fin ; (ficelle) ; croûtons.

1. Préparation des légumes :

Supprimer les feuilles flétries des laitues, enlever la base du pied ; remuer les laitues dans une bassine d'eau froide vinaigrée en les tenant par la base pour enlever toute la terre. Recommencer si besoin cette opération une ou deux fois, dans l'eau sans vinaigre.

Eplucher et laver le blanc de poireaux, l'émincer.

2. Blanchiment des laitues :

Plonger les laitues dans de l'eau bouillante salée, les maintenir avec une écumoire, et les y laisser environ 2 minutes. Egoutter et rafraîchir.

Presser chaque laitue après avoir récupéré toutes les feuilles, et former des fuseaux que vous ficèlerez.

3. Préparation et cuisson du velouté :

Fondre le beurre, y ajouter les poireaux et faire suer sans coloration.

Verser la farine tamisée sur ce mélange, et cuire 3 minutes en remuant pour obtenir un roux blanc. Laisser refroidir cette préparation.

Amener l'eau à ébullition, puis verser petit à petit sur le roux en mélangeant avec la cuillère de bois. Porter à ébullition sans cesser de remuer, puis rajouter les laitues. Saler.

Cuire 1 heure environ à petite ébullition, en remuant de temps en temps.

Si en cours de cuisson, l'ébullition est trop importante, vous rajoutez un peu d'eau.

4. Finition du potage :

Verser la crème fraîche dans la soupière

Déficeler les laitues.

Mixer le potage, jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Si besoin passer au tamis en foulant avec la cuillère de bois.

Vérifier l'assaisonnement.

Verser le potage chaud sur la crème en fouettant. Servir immédiatement.

Prévoir des croûtons.

Suggestion : Vous pouvez utiliser des laitues classiques.