

Recette parfaite
pour la cuisine collective

Soupe minestrone



Pour calculer la quantité nécessaire pour chaque aliment : Quantité de la recette de base X nombre de recettes = quantité totale

Portions de la recette de base : 12
Temps de préparation : 30 minutes
Temps de cuisson : 2 h

Préparation

- Dans une grande marmite, verser l'huile et faire revenir l'oignon, le poireau, l'ail, les carottes, les courgettes, le céleri et les pommes de terre. Laisser colorer un peu.
- Ajouter les herbes et les épices, le bouillon et les tomates. Laisser frémir pendant deux heures.
- Ajouter les pois congelés, les haricots blancs en conserve préalablement égouttés et rincés, l'orzo et laisser cuire 30 minutes.
- Servir chaud en saupoudrant chaque bol d'un peu de parmesan en copeaux.

Aliment	Qté	Nbr de recettes	Qté totale
Oignon, coupé en dés	1		
Blanc de poireau, coupé en deux et tranché	1		
Carottes, coupées en dés	2		
Patates, coupées en dés	2		
Courgettes, coupées en dés	2		
Branche de céleri, coupée en dés	1		
Petits pois congelés	500 ml (2 tasses)		
Boîte de haricots blancs en conserve (540 ml)	1		
Boîte de tomates en dés en conserve (500 m)	1		
Gousse d'ail pressée	1		
Huile d'olive	60 ml (¼ tasse)		
Bouillon de poulet ou de légumes	4 L (16 tasses)		
Sel et poivre, au goût			
Feuille de laurier	1		
Persil	30 ml (2 c. à soupe)		
Herbes de Provence	2 ml (½ c. à thé)		
Orzo	125 ml (½ tasse)		
Parmesan en copeaux			