



## **Soupe de Ferme et Soupe à l'oignon**

Soupe de ferme (pour 4 à 6 personnes)

- 1 Blanc de poireaux 0,89€
- 4 carottes avec fanes 0,49€
- 1 botte de navets 0,99€
- 2 oignons blancs 0,14€
- 8 pommes de terre grenaille 0,30€
- 500 g de bœuf à bouillir 4,89€
- 1 bocal de haricots blancs 0,36€
- 1/2 botte de persil frisé haché 0,89€
- 100 g de beurre 0,43€
- Sel
- Poivre du moulin

Total = 9,38€

Préparation :

- 1/ Dans une marmite faites bouillir 3 litres d'eau avec les 500gr de bœuf à bouillir et le bouquet garni. Ecumez la surface du liquide pour éliminer les impuretés. Salez et poivrez.
  - 2/ Pendant ce temps, taillez le poireau et les carottes en tronçons. Epluchez les navets. Coupez les oignons en quatre et lavez les pommes de terre non épluchées à grande eau.
  - 3/ Lorsque la viande à cuit pendant 1h, ajoutez les légumes et les pommes de terre. Laissez mijoter pendant 25'.
  - 4/ Après 25', enlevez la viande et laissez refroidir. Lorsqu'elle est froide, effilochez-la et réservez. Enlevez également le bouquet garni.
  - 5/ Ajoutez les haricots blancs et le persil haché.
  - 6/ Au moment de servir, ajoutez les morceaux de viande. Rectifiez l'assaisonnement et servez dans des assiettes profondes avec des croûtons de pain ou des biscottes.
- PS : Vous pouvez également servir le bouillon en premier, et ensuite la viande froide avec du pain et de la moutarde.



Soupe à l'oignon (pour 4 personnes)

- 2 kg d'oignons jaunes 2,38€
- 4 tranches de pain blanc (épaisses et toastées) 0,11€
- 200 g de gruyère râpé (piquant) 3€
- Sel
- Poivre du moulin
- Muscade

Total = 5,49€

Préparation :

- 1/ Epluchez et hachez grossièrement les oignons.
- 2/ Dans une casserole, faites chauffer de l'huile d'olive, ajoutez la moitié des oignons et laissez fondre tout en remuant.
- 3/ Ajoutez ensuite de l'huile d'olive et complétez avec le reste des oignons.
- 4/ Lorsque les oignons sont bien caramélisés, mouillez avec de l'eau, salez et poivrez et laissez mijoter pendant 20' à 25'.
- 5/ Préchauffez votre four à 200°.
- 6/ Lorsque la soupe est cuite, servez-la dans des caquelons allant au four, disposez une biscotte au milieu et saupoudrez généreusement de fromage.
- 7/ Enfournez jusqu'à ce que la soupe soit bien gratinée.

Regardez la préparation en vidéo :

[http://www.rtb.be/tv/emission/detail\\_un-gars-un-chef/actualites/article\\_soupe-de-ferme-et-soupe-a-l-oignon?id=8189295&emissionId=5931](http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_soupe-de-ferme-et-soupe-a-l-oignon?id=8189295&emissionId=5931)