

SOUPE DE LAIT ET PETITS POIS

Pour 4 personnes

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes



Ingrédients

- 1,5 l de lait entier
- 3 jaunes d'œufs
- 100 g de petits pois frais écosés
- 4 tranches de pains assez fines
- 1 petite cuillère de graines de moutarde
- 1 pincée de cannelle
- L'écorce d'un petit citron
- 4 petites branches de thym frais
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de sucre

Cuire les petits pois dans une casserole d'eau salée, égouttez et réservez.

Chauffez jusqu'à ébullition, le lait avec l'écorce de citron, les graines de moutarde, la cannelle, le sel et le sucre. Passez-le à la passoire.

Déposez les tranches de pain dans le fond de la casserole vidée, et versez la moitié du lait aromatisé par-dessus, couvrez et maintenez sur un feu très doux. Délayez les jaunes d'œufs dans le reste du lait tiède, et l'ajouter dans la casserole.

Remuez à l'aide d'un fouet pour que le pain se mélange bien au lait. Ajoutez les petits pois, le thym et un filet d'huile d'olive au moment de servir.

Astuce : vous pouvez adapter la recette, en recette sucrée, en remplaçant l'écorce de citron par 4 graines de cardamome et 1 pincée de cannelle, les petits pois, le thym et les graines de moutarde par du chocolat noir en poudre, et décorer avec des amandes effilées toastées.