

Qu'est-ce qu'on mange le 13/09/2006 ?

## La loi de la jungle

# Soupe aux orties sans orties, plutôt aux épinards alors...



*Attention, si un jour vous frôliez des orties lors d'une agréable ballade dans le fond de votre verger. Il paraît qu'en bloquant sa respiration on ne sent rien et c'est vrai, mais il faut attendre un peu. Et alors, on ne sent plus rien du tout. Ceci n'est pas très pratique.*

### Petit préambule...

*On me signale qu'il est interdit d'inciter ou de donner des recettes se rapportant à la consommation de l'ortie ou à sa transformation en une sorte de "purin d'ortie". M'interdirait-on de mettre les pieds sur le territoire parisien? Afin d'éviter tout problème, je ne donnerai pas de recette d'ortie, et je dirai même: n'en consommez pas, malheureux! Non non non, car ceci est illégal, et coupez-moi ces pommiers dans votre jardin, arrêtez de cultiver vos laitues et vos poireaux, n'arrosez plus votre bambou, on ne sait jamais, ce n'est pas parce que des générations de grand-mères on fait de la soupe aux orties que ce n'est pas hautement dangereux. Je ne suis pas botaniste, c'est vrai ("Grand-mère m'a tuer"), mais...*

*Je vous donne donc, en compensation, une recette de soupe aux épinards (préemballés chez Auchan), puisque c'est le même mode opératoire. Si par malheur vous vous entêtiez à remplacer les épinards (surgelés chez Monoprix) par des orties (quelle idée saugrenue tout de même), vous ne pourriez vous en prendre qu'à vous-même, je décline toute responsabilité.*

### La recette de la soupe :

Faire suer l'oignon émincé dans un peu d'huile d'olive, ajouter les gousses d'ail hachées, puis les pommes de terre en dés et les lentilles qui ont trempé 3 heures à part (je ne sais pas si c'est nécessaire mais ça ne coûte rien de le faire), puis l'eau et laisser cuire à petit bouillon pendant 15 minutes environ.

Ajouter le lait, bien mélanger, puis ajouter les épinards égouttés et laisser cuire encore 5 à 10 minutes (trop de cuisson détruirait leur petit goût si subtil). Passer le mixer plongeant, laisser refroidir un peu, ajouter les bananes et le Pisang ainsi qu'un bon trait de jus de citron, ajouter le tabasco prudemment, laisser refroidir complètement avant de mettre au congélateur pour abaisser encore la température. Servir avec quelques tours de moulin à poivre, des cristaux de sel et quelques feuilles de menthe (pas d'épinards!)



### On met quoi dedans ?

- 2 pommes de terre épluchées
- 1 tasse de lentilles corail
- 2 litres d'eau
- 500ml de lait
- 1 gros oignon
- 2 gousses d'ail
- 3 bananes mûres
- Tabasco vert
- Un trait de Pisang (liqueur de banane verte, facultatif mais agréable)
- huile d'olive
- jus de citron
- Sel, poivre du moulin
- Tous vos épinards (environ 500g)

*Prenez uniquement les sommités des plus vertes tiges (d'épinards), vous éviterez une certaine amertume et un côté filandreux qui râpe la langue. Une fois chez vous, découpez au ciseau les feuilles à leur base afin de n'avoir aucun morceau de tige. Après, en ce qui me concerne je les ai ensuite rincées dans de l'eau froide avec un peu de vinaigre (j'ai lu ça quelque part...), puis elles ont attendu leur sort...*