

# SOUPE MINISTRONE AU RIZ ROUGE

Pour 4 à 6 personnes selon l'appétit

préparation : 20 min

Cuisson : 1h10 en tout



**300 g de haricots blancs (Coco de Paimpol)**

**150 g de riz rouge**

**1 belle carotte**

**1 belle courgette**

**150 g de haricots verts**

**2 belles pommes de terre moyenne**

**2 ou 3 tomates**

**2 à 2,5 litres d'eau**

**1 bouquet garni (feuilles de laurier et branche de thym)**

**3 ou 4 cuillères à soupe de pesto (à faire soi-même c'est mieux mais je n'avais pas de basilic et j'ai fini un pot entamé)**

**poivre**

**parmesan râpé pour servir**

- 1 Mettre les haricots blancs dans une marmite avec l'eau froide. Ajouter le bouquet garni, couvrir et amener à ébullition, puis laisser cuire à feu doux pendant 30 min.
- 2 Rincer le riz et le faire cuire dans de l'eau bouillante salée pendant 30 min. Egoutter et réserver.
- 3 Pendant ce temps, laver, peler et couper en dés/tronçons les pommes de terre, carotte et courgette.
- 4 Peler les tomates (en la baignant 10 s de l'eau bouillante), les épépiner et les concasser.
- 5 Au bout de 30 min de cuisson des haricots blancs, ajouter les dés de pomme de terre et de carotte.
- 6 15 min plus tard, ajouter les dés de courgettes, les haricots verts. Attendre 15 min supplémentaires et ajouter les tomates concassées et le riz.
- 7 Laisser mijoter 10 min puis retirer du feu, ajouter le pesto dans la marmite, remuer puis servir la soupe saupoudrée de parmesan râpé.