



THE J.M. SMUCKER Co

Soupe aux légumes rôtis

Donne: 14 tasses (3,5 L)

Prep Time Cook Time Serves Difficulty

15 mins 1 hr 5 mins 14 N/A

Ingredients

- 2 panais, coupés en morceaux de ½ po (1 cm)
- 2 carottes, coupées en morceaux de ½ po (1 cm)
- 2 courgettes, coupées en morceaux de ½ po (1 cm)
- 1 oignon, coupé en morceaux de ½ po (1 cm)
- 1 poivron rouge, coupé en morceaux de ½ po (1 cm)
- 1 tomate, coupée en morceaux de ½ po (1 cm)
- 1 patate douce, pelée et coupée en morceaux de ½ po (1 cm)
- 2 gousses d'ail
- 2 c. à table (30 mL) d'huile végétale ou de canola
- 8 tasses (2 L) de bouillon de poulet, de légumes ou d'eau
- 1/2 tasse (125 mL) de pâtes orzo
- 1 c. à thé (5 mL) de sel
- 1/4 c. à thé (1 mL) de poivre
- 3/4 tasse (175 mL) de lait évaporé **Carnation®** régulier, 2 % ou sans gras

Lait évaporé partiellement écrémé - 2 % M.G.

Directions

Step 1:

Préchauffer le four à 400 °F (200 °C). Tapisser 2 plaques à pâtisserie de papier parchemin.

Step 2:

Combiner les légumes hachés dans un grand bol. Ajouter l'huile et remuer. Les déposer sur les plaques préparées en une seule couche. Faire cuire au four préchauffé de 35 à 40 minutes ou jusqu'à ce qu'il soient dorés.

Step 3:

Mettre les légumes grillés et le bouillon dans une grande casserole. Porter à ébullition. Baisser le feu et laisser mijoter 10 minutes. Réduire la soupe en purée. Ajouter les pâtes, le sel et le poivre. Porter la soupe à ébullition. Couvrir, baisser le feu et poursuivre la cuisson 15 minutes. Incorporer le lait évaporé. Goûter et rectifier l'assaisonnement au besoin.

Vous devriez avoir environ 10 tasses (2,5 L) de légumes crus qui réduiront à environ 7 tasses (1,8 L) après leur cuisson. Si vous utilisez d'autres légumes, assurez-vous d'avoir cette quantité.

Les pâtes orzo sont de petites pâtes de la forme du riz. Vous pouvez les remplacer par d'autres pâtes courtes pour la soupe.

Images

