

Potage aux Poireaux et Tofu

Ingrédients (2 Litres ou 8 portions)

- 2 c. à soupe (30 ml) d'huile d'olive
- 3 tasses de poireaux tranchés en rondelles minces
- 3 champignons tranchés
- 3 asperges, en tronçons
- 4 céleris, en bâtonnets
- 1 pomme de terre rouge, pelée et coupée en cubes
- 1 L ou plus de Bouillon de légumes
- 3 feuilles de laurier
- 1 c. à thé (5 ml) de thym séché
- 1 c. à thé (5 ml) d'origan séché
- Sel et Poivre
- 1 bloc (354 g) de Tofu soyeux sans OGM



Préparation

1. Dans un grand chaudron, faire revenir les poireaux dans l'huile à feu moyen pendant environ 3 minutes. Ajouter ensuite les champignons, asperges et céleris. Cuire jusqu'à tendreté, environ 10-15 minutes. Ajouter de l'eau ou du bouillon au besoin (ou de l'huile si désiré).
2. Couvrir de bouillon de légumes. Ajouter les morceaux de pomme de terre et les épices. Saler et poivrer. Amener à ébullition, puis couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 25 minutes.
3. Retirer les feuilles de laurier. Verser la soupe dans un robot culinaire avec le tofu soyeux. *Il se peut que vous ayez besoin de répéter cette étape dépendamment de la capacité de votre robot culinaire.
4. Laisser agir le robot plus longtemps afin d'obtenir une purée lisse.
5. Servir avec du pain.

