Soupe d'automne au Kale

Catégories : Plat * végétarien

Ingrédients:

- 800 ml à 1l d'eau
- 1 poignée de Kale
- 1 petit oignon
- 1 gousse d'ail
- 5 tomates cerise
- 1 petite pomme de terre
- 3 càs de haricots blancs
- 2 mini saucisses végétariennes (ou une merguez pour les non végétariens)
- 1 pincée de curcuma
- 1 pincée de gros sel
- 1 càs d'huile d'olive

Préparation:

Pelez la pomme de terre et coupez-la en cubes, émincez l'oignon, les feuilles de Kale, coupez les saucisses en petits morceaux et hachez la gousse d'ail.

Dans une grande casserole (ou un faitout), faites chauffez l'huile d'olive puis faites revenir l'oignon et l'ail pendant 5 minutes. Ajoutez ensuite le sel et le curcuma, mélangez bien et ajoutez les tomates cerise. Laissez cuire pendant 5 minutes à feu doux. Ajoutez la pomme de terre et recouvrez le tout avec l'eau. Portez à ébullition, puis réduisez ensuite le feu.

Une fois que les pommes de terre sont tendres, ajoutez le kale, les haricots blancs et les saucisses. Laissez cuire une dizaine de minutes environ.

Enfin, vérifiez assaisonnement avant de servir.

Bon appétit !