



L'astuce du chef



Vous pouvez accompagner ce potage avec des croûtons et du fromage râpé.



Améliorations nutritionnelles



Une portion de potage avec **La Vache qui rit® Formule Plus** apporte
+ 34,4% des ANC en **calcium** (contre 9,2%)
+ 17,3% des ANC en **vitamine D** (contre 0,6%)
+ 63,5% de **protéines** en plus
par rapport à une recette traditionnelle.

SOUPE

Potage cultivateur

et La Vache qui rit® Formule Plus

🕒 Préparation : 20 min - Cuisson : 20 min € Coût par convive : 0,35 € pour une portion de 250 ml

Ingrédients pour 100 convives

- 500 g de beurre
- 1 kg de poitrine de porc demi-sel ou fumé, coupé en petits lardons
- 1 kg de céleri branche émincé
- 2 kg de carottes coupées en paysanne
- 2 kg de poireaux émincés
- 1 kg de navets coupés en paysanne
- 2 kg de choux verts coupés en paysanne
- 500 g de pommes de terre coupées en paysanne
- 500 g de haricots verts en dés cuits
- 500 g de petits pois cuits
- 20 L d'eau
- 2 kg de **La Vache qui rit® Formule Plus**
- 2 bottes de cerfeuil
- PM : sel, poivre

Progression de la recette

1. Faire chauffer le beurre et faire suer les lardons pendant 2 minutes.
2. Ajouter l'ensemble des légumes sauf les haricots verts et les petits pois. Faire suer à nouveau 5 minutes.
3. Mouiller avec l'eau et laisser cuire à frémissement pendant 15 minutes.
4. En fin de cuisson, ajouter les légumes restants et cuire 2 minutes supplémentaires.
5. Réaliser la liaison du potage avec **La Vache qui rit® Formule Plus** et rectifier l'assaisonnement.
6. Terminer avec le cerfeuil ciselé.
7. Dresser en soupière ou en bol.
8. Servir bien chaud.

Valeurs nutritionnelles pour une portion de 250 ml	
Énergie	626,7 kJoules / 151 kcal
Matières grasses	10 g
dont acides gras saturés	5,7 g
Glucides	7,3 g
dont sucres	4,8 g
Fibres	2,9 g
Protéines	6,2 g
Sel	0,7 g
Calcium	327,5 mg
Vitamine D	2,6 µg

RETOUR CONVIVE SUITE AU TEST

98% des convives apprécient la recette
93% ont terminé l'assiette

« Ça rappelle les soupes d'antan,
c'est excellent. »

LE PLUS PRODUIT

La Vache qui rit® Formule Plus apporte une belle liaison et de l'onctuosité au potage tout en fixant les saveurs.

