

Minestrone

Quand les légumes de l'été sont encore là mais que les températures sont plus fraîches, c'est le moment de faire une Minestrone. Cette spécialité Italienne à mi chemin entre la soupe et le plat complet se compose de légumes d'été auxquels on ajoute quelques pâtes.



Ingrédients :

1 oignon
3 gousses d'ail
20 g d'huile d'olive
250 g de courgettes
(1 petite courgette)
200 g d'haricots
verts
100 g d'épinards en
feuilles
2 tomates
1 litre de bouillon
de légume (ou
volaille)
80 g de Macaronis
parmesan râpé ou
en copeaux.

Avant toute chose, râper le parmesan en mixant les dés de fromage à Vit 8. (Pour ma part, j'aime autant faire des copeaux à l'économe pour décorer) Mettre en route le Thermomix vitesse 8 et jeter l'ail sur les couteaux.

Ajouter l'oignon et hacher 5 sec vit 5

Racler les parois, ajouter l'huile d'olive et faire suer 5 mn à Varoma en mijotage.

Pendant ce temps, Préparer les légumes. (Pour la courgettes, vous avez le choix entre la couper vous-même en petits cubes avec un couteau ou de la mettre en tronçons dans le bol et de l'émincer en 5 sec. vit 4.)

A l'arrêt de la minuterie, ajouter tous les légumes et le bouillon, et programmer 25 mn à 100 ° en sens inverse vit 1.

A la sonnerie, ajouter les macaronis (Je n'avais que des torsades et ça fait bien l'affaire), et cuire le temps indiqué sur le paquet, soit environ 8 mn.

Servir bien chaud avec du parmesan.

Astuce naturelle : Pensez à refaire du [bouillon de légumes maison](#) C'est la saison !