



Soupe aux fèves de la Toscane

Temps de cuisson 5 m. + 15 m.

Dépressurisation rapide

2 t. de fèves cannellini (haricots blancs)

4 onces de pancetta ou bacon

1 oignon hachées

3 gousses d'ail hachées

1 c. à thé de basilic en poudre et de thym en poidre

1/2 c. à thé de romarin en poudre

2 c. à table de pâte de tomate

3 t. de bouillon de poulet

1 grosse conserve de tomates

Huile d'olive

5 onces de bébés épinards

4 pains ciabatta ou une baguette ciabatta

1 c. à thé de sel

Poivre

Bloc de parmesan

Placer les fèves dans le ip et couvrir d'eau pour qu'il y aie po d'eau par dessus les fèves. Cuire 5 m. sur MANUAL High. Laisser la pression descendre naturellement, ouvrir et enlever l'eau. Mettre les fèves de côté.

Ajouter la pancetta ou le bacon dans le ip à la position SAUTÉ. Ajouter les oignons, l'ail, la basilic et le romarin et cuire jusqu'à ce que l'oignon ramolisse.

Ajouter la pâte de tomates et le bouillon de poulet, bien mélanger. Retourner les fèves et fermer le couvercle cuire 15 m. sur MANUAL.

Pendant que la soupe cuit mettre le four à Broil. Couper les pains ciabatta en 2 horizontalement. Si vous utilisez une baguette faire des tranches et les couper en 2.

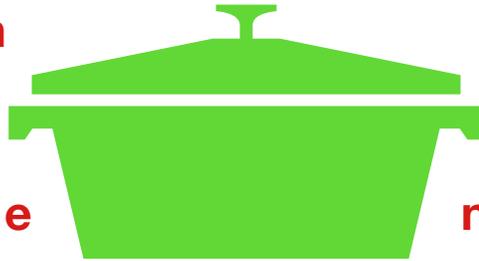
Badigeonner les parties coupées avec de l'huile d'olive et faire griller sous Broil pourqu'elle soient dorées.

Quand la soupe est cuite, dépressuriser rapidement. Ajouter les épinards, saler et poivrer. Mettre une tranche de pain dans chaque bol, verser la soupe.



Ajouter des copeaux de parmesan fait avec un éplucheur.

Note de la traductrice. Ce livre est fait pour tous les cuiseurs électriques. Les temps de cuisson semblent un peu long pour le ip. Enlever de cuisson remettre de quelques minutes et vérifier quite à nouveau quelques minutes.



Traduit et photo de :

Comfortable Under Pressure: Pressure Cooker Meals, Instant Pot TM Recipes, Tips, and Explanations: Pressure Cooker Meals: Instant Pot TM Recipes, Tips, and Explanations (The Blue Jean Chef)