

La petite soupe pimentée au Boeuf, Gingembre et Coriandre

INGRÉDIENTS POUR 2 AMOUREUX:

- 80 g de cœur de rumsteak
- 1 morceau de gingembre
- 1 petit blanc de poireau
- 1 petit navet
- 1 petite carotte
- 1 piment rouge (peperoncino)
- 1 bouquet de coriandre
- Sauce soja verte
(Je la préfère à la sauce soja standard, car elle est 40% moins salée!)
- Huile d'olive
- ½ Feuille d'algue Nori pour sushi (Facultatif)

PRÉPARATION:

Le Boeuf:

Émincer le boeuf en fines lanières.

Éplucher le gingembre et en râper 1 cm dans une assiette creuse. Y ajouter une goutte de sauce soja, un filet d'huile d'olive et mélanger avec la viande émincée. Laisser mariner au frais quelques minutes, le temps de préparer le bouillon.

Le Bouillon et la garniture:

Éplucher le navet et la carotte. Les tailler en fines allumettes. Faire de même avec le poireau. Réserver la moitié des légumes ainsi taillé pour la garniture et faire suer le restant dans 2 cs d'huile d'olive.

Déglacer avec 2 cs de sauce soja et recouvrir d'eau. Cuire à feu doux 10 minutes. En fin de cuisson, ajouter la feuille d'algue Nori, 1 noix de gingembre finement émincée et 4 rouelles de piment rouge. Couvrir et laisser infuser quelques minutes hors du feu. Filtrer ce bouillon, rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud.

FINITIONS ET DRESSAGE:

Répartir les lanières de boeuf mariné au fond des assiettes préalablement chauffée, puis les allumettes de légumes et quelques rouelles de piment. Parsemer de feuilles de coriandre et d'un filet d'huile d'olive.

Mettre le bouillon très chaud dans une théière et le verser dans les assiettes devant votre (ou vos) convive(s)... Ainsi le boeuf cuira instantanément, tout en restant très tendre.

À déguster sans tarder!!