



Soupe de fruits rouges aux épices

Par Ludovic

6 pers.



- 500 gr de fraises
- 125 gr de framboises
- 100 gr de myrtilles
- 60 gr de mûres
- 500 gr de fruits rouges congelé
- 150 gr de sucre
- 3 anis étoilé (Badiane)
- 1 bâton de cannelle ou 2 gr cannelle en poudre
- 1 c.à.s. de poivre noir en grain
- 1 gousse de vanille ou 2 sachets de sucre vanillé
- 1 botte de menthe fraîche
- 0,5L de vin rouge (ou 0,1L de vinaigre de vin rouge + 25cl de jus de raisins)
- 1 citron vert

NOTE DU CHEF

Agréablement accompagné d'une boule de glace au lait d'amande.

Récupérez et lavez la gousse de vanille, la badiane et la cannelle pour garnir le plat ou pour les utiliser ultérieurement dans une prochaine recette.

- 1 Faire fondre les fruits rouges congelés dans une casserole avec le sucre à feu doux.
- 2 Laver les fraises, retirer la queue et les couper en 4 ou en 6 selon leurs tailles.
- 3 Laver la menthe et la séparer en 2. Effeuillez ½ botte pour la garniture, et réserver.
- 4 Couper les framboises et les mûres en 2 dans la longueur et réserver.
- 5 Mélanger les fruits en cuisson, ajouter le vin rouge ou le vinaigre, la cannelle, la badiane, la vanille fendue en 2 et grattée et le poivre noir en grain.
- 6 Laisser mijoter 25 min. puis ajouter la menthe restante préalablement lavée et prolonger la cuisson de 10 min. Retirer du feu, laisser tiédir et réserver le liquide au frigo jusqu'à refroidissement complet.
- 7 Passez le tout au chinois étamine en foulant afin d'obtenir la base de la soupe.
- 8 Dans un saladier, mélanger les fraises, les myrtilles et le sirop de fruits rouges aux épices et laisser macérer pendant min. une heure au frais.
- 9 Egoutter les fruits du sirop et les disposer dans une assiette creuse ou un petit ravier.
- 10 Disposer les mûres et les framboises puis couler le sirop à hauteur. Ajoutez les feuilles de menthe réservée et le zeste de citron vert.



Bon appétit !