

La soupe d'orties

Ingrédients :

(pour 3 ou 4 personnes)

une poignée d'orties fraîchement cueillies

3 ou 4 pommes de terre

1 cuillère à soupe d'huile d'olive

sel et poivre

Il faut cueillir une bonne poignée d'orties et avec des gants retirer les feuilles des tiges pour les laver. Eplucher les pommes de terre et les laver.

Faire revenir une cuillère d'huile d'olive et y jeter les feuilles d'orties.

Ajouter 1 litre d'eau froide et les pommes de terre coupées en morceaux.

IL faut assaisonner de sel et de poivre. Quand les pommes de terre sont cuites, on mixe la soupe.

Pour plus d'onctuosité on peut ajouter un peu de crème fraîche.