

# SOUPE AUX ORTIES ET CHATAÎGNES

 CUISINE SAUVAGE

## Ingrédients pour 10 personnes

Ingrédient	Quantité
de châtaignes épluchées	300 grammes
d'orties fraîche	500 grammes
Oignons	3 à 4
Huile d'olive	
gousses d'ail pelées	3 à 4
Thym	
Feuille de laurier	
rondelles de gingembre	1 à 2 (selon le goût)
sel	
poivre	

## Préparation

1. Faire cuire les châtaignes à la vapeur ou dans un fond d'eau jusqu'à ce qu'elles puissent être écrasées et former une sorte de farine.  

---

---
2. Laver les orties.  

---

---
3. Faire revenir les oignons dans l'huile d'olive.  

---

---
4. Quand ils sont dorés, ajouter la 'farine' de châtaignes et un peu d'eau pour que cela ne colle pas. Mélanger.  

---

---

5. 5. Ajouter les orties et 2 litres d'eau

---

---

6. 6. Assaisonner selon le goût avec le thym, le laurier, le gingembre, l'ail, le sel et le poivre.

---

---

7. 7. Porter le mélange à ébullition puis laisser cuire à feu doux une bonne ½ heure et servir chaud.

---

---