

## Soupe verte mexicaine

Par Régal



Niveau de difficulté

Facile

Coût

Bon marché

Temps de préparation

30 min

Temps de cuisson

35 min

Catégories : Entrées, Etranger, Légumes, Plats, Recettes du monde

Découvrez notre recette originale et rafraîchissante de soupe verte mexicaine ! Un plat gourmand et épice qui plaira à tous en entrée ...

Pour 6 personnes

### Ingédients

500 g Tomates vertes  
2 Courgettes  
1 Avocat  
2 Poivrons verts  
1 Oignon  
1 Gousse d'ail  
1 Piment vert  
1 petit bouquet Coriandre  
30 g Graines de courge  
50 g Feta  
75 cl Bouillon de volaille  
Sel et poivre  
Huile

### Réalisation

- 1 Commencez cette **recette de soupe verte mexicaine** en pelant et en éminçant l'oignon et l'ail. Lavez, épépinez et coupez les poivrons et le piment en morceaux. Lavez les tomates, coupez-les en quartiers. Rincez et coupez les courgettes en morceaux. Ouvrez et dénoyautez l'avocat. Récupérez la chair et coupez-la en morceaux. Rincez et effeuillez la coriandre. Réservez la moitié des feuilles pour la décoration.
- 2 Faites chauffer un filet d'huile dans une cocotte. Ajoutez l'oignon, l'ail, le poivron et le piment. Faites revenir 5 min, sans coloration. Ajoutez **les tomates, les courgettes, la coriandre et l'avocat**. Salez, poivrez, versez le bouillon. Portez à ébullition, couvrez et laissez mijoter 30 min.
- 3 À l'issue de la cuisson, **mixez finement la soupe**. Rectifiez l'assaisonnement.
- 4 Versez la soupe dans les assiettes. **Émiettez la feta sur le dessus**. Ajoutez quelques graines de courge et les feuilles de coriandre réservées.

Si vous avez aimé notre soupe verte mexicaine...

- Vous aimerez aussi nos **recettes de cuisine mexicaine**
  - Notre **mole mexicain**
  - Notre **soupe de poulet à la mexicaine**
  - Notre **soupe froide avocat-concombre et petits crackers noisette**