

PROJECT: GET IT DONE TOGETHER

Soupe aux tortellinis avec saucisses italiennes et chou frisé

Supervision d'un adulte requise | Contient des produits laitiers et du gluten

Ingrédients :

- 1 lb de saucisses italiennes douces, hachées
- 1 oignon émincé
- 6 gousses d'ail émincées
- 1 litre de bouillon de poulet
- 1 boîte (14 onces) de tomates broyées
- 2 c. à table (30 ml) de pâte de tomate
- 1 c. à thé de sel
- 1 chou frisé, équeuté
- 1 sac (10 oz) de tortellinis frais (non séchés)
- 1 tasse de crème fraîche épaisse
- Fromage parmesan (facultatif)
- ¼ c. à thé (1 ml) de piment rouge en flocons (facultatif)

Préparation :

1. Chauffer une grande marmite à soupe à feu moyen élevé.
2. Ajouter la saucisse, les oignons et l'ail dans la casserole et faire sauter jusqu'à ce que les oignons soient tendres et translucides, soit environ 5 minutes. (Égoutter tout excédent de gras.)
3. Ajouter le bouillon de poulet, les tomates broyées et la pâte de tomate. Fouetter jusqu'à ce que la pâte de tomate soit entièrement incorporée.
4. Porter à ébullition, saler et laisser mijoter pendant 15 minutes.
5. Ajouter le chou frisé, les tortellinis et la crème fraîche épaisse.
6. Laisser mijoter de 3 à 5 minutes jusqu'à ce que le chou frisé soit cuit à point et que les pâtes soient tendres.
7. Servir avec du parmesan et du piment rouge en flocons, si désiré.

Donne 4 portions

