

## La chronique culinaire du marché

# Soupe minute aux saveurs thaïes

### Ingrédients

Pour 4 personnes :  
1 l de bouillon  
3 tiges de citronnelle  
80 gr de galanga frais  
8 feuilles de citron kaffir  
1 ou 2 piments oiseau (facultatif)  
400 gr de légumes d'hiver  
100 gr de champignons secs  
400 gr de viande hachée  
100 gr de vermicelles de soja  
1cs de sucre, sauce soja, le jus  
d'un ½ citron vert  
coriandre ou persil plat.



### Réalisation

Préparez le bouillon :

dans un litre de bouillon de poulet ou de légumes, laissez infuser 15 mn à feu doux les feuilles de kaffir préalablement déchirées pour exhaler un maximum d'arômes, le galanga coupé en tranches de 2 à 3 mm, les tiges de citronnelles dont la surface blanche est légèrement écrasées au marteau, ainsi que les piments oiseau légèrement martelés.

Pendant ce temps, mettez les champignons (shitaké ou « noirs chinois ») à tremper dans de l'eau à température ambiante, préparez votre brunoise de légumes (poireaux, carottes, navets, choux, etc), et confectionnez de petites boulettes de viande (moins de 2cm de diamètre) avec la viande hachée (mélange bœuf-porc pour un peu de moëlleux ou 100 % boeuf).

Une fois le bouillon infusé, filtrez-le, et remettez-le sur le feu.

Versez la brunoise de légumes, les champignons essorés et coupés en morceaux ainsi que les boulettes de viande.

Laissez cuire à feu doux pendant une dizaine de minutes.

Mettez les vermicelles de soja à tremper dans de l'eau à température ambiante pendant 7 mn (selon la taille des vermicelles).

Une fois cette première cuisson terminée, ajustez le goût en ajoutant 1 cs de sucre, de la sauce soja, le jus d'un citron vert. Goûtez, réajustez si nécessaire.

Pour 5 mn de cuisson supplémentaire, versez les nouilles de soja préalablement essorées. Ciselez la coriandre ou le persil plat (selon les goûts), versez sur la soupe et servez sans plus attendre !

## Les conseils du Chef



**Corinne Nyffenegger** photographe et peintre amateur sait saisir les opportunités dès qu'il s'agit d'éveiller ses pupilles autant que ses papilles. Quand après plus de 25 ans de vie à Gland, elle a vu surgir un marché alimentaire et hebdomadaire à deux pas de son jardin et de son potager, elle n'a pas boudé l'invitation et depuis qu'il existe, est devenue une cliente fidèle du marché. Toujours curieuse d'un nouveau paysage et de nouvelles saveurs, elle intègre, après ses voyages, des découvertes culinaires à sa cuisine qui doit être bonne, simple et efficace !



*Douce et peu épicée, le Tom Kah (« Gai » signifie « poulet » et ici nous préférons des boulettes de viande de bœuf) est une soupe traditionnelle thaïe auquel il n'est pas indispensable d'ajouter du lait de coco.*

*En revanche, l'explosion de saveurs ne se fera qu'à la condition d'y ajouter trois ingrédients indispensables :*

*- Les feuilles de citron kaffir ou combawa ou combava, de la même famille que le citron. Sa forme et son odeur sont très reconnaissables. On se sert de son écorce, mais aussi de ses feuilles qui parfument les curries thaï et indiens. Pour cette recette, on n'utilise que les feuilles. Il est assez facile de les trouver congelées dans les magasins de produits asiatiques.*

*- Le galanga, un légume racine, proche du gingembre, que l'on trouve également dans la cuisine indienne, chinoise et indonésienne.*

*- Des tiges de citronnelle fraîche.*



### Une bonne adresse

Tiges de citronnelle, galanga et feuilles de kaffir congelées se trouveront facilement à la boutique Asia Market, rue de Rive, 54 à Nyon. Préférez les jours d'arrivée des légumes frais, le plus souvent dans la journée du mardi.