

Soupe glacée de yaourt au concombre et aux radis



Préparation : 20 mn

Pas de cuisson

Réfrigération : 3 h

Les ingrédients pour 4 personnes :

1 concombre

1 botte de radis

20 feuilles de menthe + quelques unes pour la décoration

60 cl de yaourt bulgare

1 citron ou 2

2 c à s d'huile d'olive

2 c à s de graines d'anis (je ne le mets jamais)

Sel et poivre du moulin

Laver le concombre, l'éplucher et le couper en 2 dans la longueur. Retirer les graines avec une cuillère et couper de fines lamelles. Mettre les lamelles de concombre dans une passoire et les saupoudrer de sel pour les faire dégorger 1 h.

Presser le ou les citrons et filtrer le jus. Ciseler finement les feuilles de menthe.

Verser le yaourt dans un saladier et ajouter le jus de citron (en général je ne mets le jus que d'un citron s'il est très juteux), ajouter l'huile d'olive (et les graines d'anis si vous désirez en mettre). Assaisonner et incorporer la menthe ciselée.

Laver les radis, les couper en fines rondelles. Presser le concombre dans la passoire pour en extraire le maximum d'eau et mêler concombre et radis au yaourt. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Recouvrir le saladier de film étirable et mettre au réfrigérateur 3 h.

Servir la soupe froide dans des assiettes froides et parsemer de feuilles de menthe.

Vin conseillé : un Corbières gris de gris

On peut, si l'on veut, laisser la peau du concombre mais je trouve que c'est plus digeste sans la peau.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>