

Soljanka

Cette soupe est particulièrement appréciée en Allemagne de l'est, car elle faisait partie des plats les plus consommés dans la DDR. Elle était présentée alors comme « entrée ».

Ingrédients

1 bouquet de carottes, poireau, céleri et persil
400 g de viande de porc (noix ou escalopes)
1 feuille de laurier
Sel, poivre fraîchement moulu
2 gros poivrons rouges
2 oignons
50 g de salami
50 g de saucisson fumé à l'ail et à la moutarde (ou autres saucisses)
2 gros cornichons
2 cuillères à soupe d'huile
250g de ketchup tomate
75 g de concentré de tomates
1 cuillère à soupe de poudre de piment doux
1 cuillère à café de poudre de piment fort
200 g de crème aigre ou de yaourt
1 cuillère à soupe de farine
2 cuillères à soupe de jus de citron

Étape 1

Nettoyer le bouquet de légumes et le couper en morceaux. Le faire bouillir dans 1 bon litre d'eau. Ajouter la viande et la feuille de laurier, couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 1h30. Laisser alors la viande refroidir dans le bouillon.

Étape 2

Éplucher et hacher les oignons. Couper le salami et le saucisson fumé en fines tranches. Nettoyer les poivrons et les couper en petites rondelles. Couper aussi les cornichons en rondelles.

Étape 3

Dans un faitout réchauffer l'huile. Y faire brunir les oignons à feu doux pendant environ 10 minutes. Verser les saucisses et les faire rissoler rapidement. Rajouter les poivrons, les cornichons et 1 litre de bouillon obtenu dans l'étape 1.

Étape 4

Couper la viande en petits morceaux et la jeter dans le bouillon. Assaisonner avec le ketchup, le concentré de tomates, les poudres de piment, le sel et le poivre, couvrir et laisser mijoter encore 20 minutes.

Étape 5

Mélanger farine et sauce aigre, les verser dans la Soljanka ; ajouter le jus de citron. Servir chaud accompagné de pain de seigle.

Recette pour 4 personnes

Durée supérieure à 90 minutes

Préparation 30 à 60 minutes

Région : Brandebourg

Difficulté : facile

Calories : 400 kcal par personne

<http://www.kuechengoetter.de/rezepte/Brot-Broetchen/Schmalzbrot-2068446.html>

