

LÉGÈRE

PAR ICI LA BONNE S

RECETTES Elle réchauffe, tient au ventre, et pourtant ne fait pas pencher l'aiguille de la balance du r...
les copieux excès de fin d'année. Alors aucune raison de s'en priver, qu'elle soit sucrée ou salée.

SURPRENANT

Bouillon épicé
à la cardamome

Pour 6 personnes

- 1,5 l de bouillon de légumes
- 3 plaques de ravioles
- 1 carotte
- 1 concombre
- 1 petit bouquet de cerfeuil
- 1 c.c. de cardamome
- 4 brins de ciboulette
- 1 c.s. d'huile d'olive
- 1 c.c. de baies roses
- 1/2 c.c. de poivre noir

Placer les plaques de ravioles au congélateur. Eplucher la carotte, laver le concombre. Couper la carotte en fine julienne et le concombre en bâtonnets. Ciseler la ciboulette. Effeuilier le cerfeuil. Verser le bouillon dans une casserole. Ajouter l'huile d'olive, le poivre et la cardamome, porter à ébullition. Quand il bout, ajouter la carotte et le concombre et laisser bouillir 5 minutes.

Pendant ce temps, détacher les ravioles les unes des autres. Les plonger dans le bouillon. Quand elles remontent à la surface, poursuivre la cuisson 1 minute. Verser le bouillon dans une soupière, parsemer de cerfeuil, de ciboulette et de baies roses. Servir aussitôt.

LE VIN QUI LUI VA

Christelle Besse, du Verre-à-Pied, à Sion, suggère, pour accompagner ce bouillon, un Gewurztraminer 2004 de Dubuis et Rudaz, encaveurs à Sion. Ce cépage aromatique aux notes de rose et de litchi sera en parfaite harmonie avec la cardamome et le poivre rose. Il n'est pas vraiment autochtone, mais, avec le terroir et le climat du Valais, tout pousse! C'est pour cela que la cave a planté ce cépage original. Un test réussi. Prix: 18 fr. 50.

→ Le Verre-à-Pied,
Grand-Pont 29, Sion.

