# FASOLADA (SOUPE GRECQUE AUX HARICOTS BLANCS)



La fasolada, la soupe de haricots classique de Grèce, est simple dans sa technique mais complexe dans sa saveur. Traditionnellement, les haricots blancs sont cuits dans l'eau, puis on y ajoute des légumes aromatiques, des tomates concassées et des herbes, mais l'auteur du livre de cuisine "Yassou", Shaily Lipa, aime commencer par la technique italienne du soffritto

---

## Infos

- **Temps de préparation**: 25 mins
- **Temps de cuisson**: 20 mins
- **Portions**: 4 (environ 7 tasses)

---

## Ingredients

- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive extra-vierge, plus un peu d'huile pour arroser
- 1 petit oignon jaune (170 g), coupé en petits dés
- 1 carotte moyenne coupée en petits dés
- 1 branche de céleri coupée en petits dés
- 3 gousses d'ail hachées
- 830 ml d’eau
- 2 boîtes de haricots cannellini avec leur jus
- 1 tasse de tomates concassées en conserve sans sel ajouté
- 2 feuilles de laurier

- 1 cuillère à café de sel fin, plus selon le goût
- 1/2 cuillère à café de poivre noir fraîchement moulu, plus selon le goût
- 1/2 cuillère à café d'origan séché
- 1/4 de cuillère à café de flocons de piment rouge écrasés (facultatif)
- 1/4 de tasse de persil plat frais finement haché
- 1 cuillère à soupe de jus de citron frais, plus selon le goût

---

# Préparation

**Etape 1**
Dans un faitout ou une grande casserole, chauffer l'huile à feu moyen jusqu'à ce qu'elle brille. Ajouter l'oignon, la carotte, le céleri et l'ail et faire cuire, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les légumes soient tendres, environ 8 minutes.

**Etape 2**
Ajouter l'eau, les haricots (avec leur liquide), les tomates, les feuilles de laurier, le sel, le poivre noir, l'origan et les flocons de piment rouge, le cas échéant, et mélanger. Porter à un vif frémissement et cuire, à découvert, jusqu'à ce que le liquide épaississe et que les saveurs se mélangent, environ 20 minutes.

**Etape 3**
Ajouter le persil et le jus de citron et mélanger. Goûter et assaisonner avec plus de sel, de poivre noir et de jus de citron, si nécessaire.

**Etape 4**
Jeter les feuilles de laurier. Verser la soupe dans des bols, arroser d'un peu plus d'huile et servir chaud.