



Mélange de soupe de lentilles, pois cassés et orge dans un pot

Cette belle entrée à soupe superposée est un cadeau attentionné et pratique pour les fêtes ! C'est copieux, nutritif et facile à cuisiner - il suffit d'ajouter de l'eau et un peu de viande fumée pour une soupe réconfortante.

Mix de démarrage à soupe (par pot de pinte)

Coucher les ingrédients suivants dans l'ordre :

- * 1/2 tasse de lentilles (toute couleur)
- * 1/2 tasse de pois cassés
- * 1/2 tasse d'orge perlée
- * 1/2 tasse d'orzo, ditalini ou riz (le mélange de riz sauvage est bon)
- * 1/2 cuillère à soupe de sel
- * 1/2 cuillère à soupe d'ail en poudre
- * 1 cuillère à soupe de flocons d'oignons secs
- * 2 cuillères de persil séché
- * 1/4 tsp herbes de Provence (or dried thyme)
- * 1/2 cuillère à thé de poivre noir

Pour assembler le pot cadeau :

1. Couchez soigneusement les ingrédients dans un pot à pinte propre pour une présentation attrayante.
2. Sceller avec un couvercle et une bague. Ajoutez une jolie étiquette avec les instructions de cuisine.

Instructions de cuisine (attachez au pot) :

Pour faire la soupe :

- * Versez le contenu du pot dans un grand pot.
- * Ajoutez 8 tasses d'eau.
- * Ajoutez de la viande fumée si vous le souhaitez (jambon, kielbasa, jambon coupé en dés, etc.).

* Portez à ébullition, puis réduisez la chaleur et faites mijoter pendant environ 45 minutes, ou jusqu'à ce que les haricots et l'orge

* Goûtez et ajustez l'assaisonnement. Servir chaud.

Ce mélange est remplissant, sain et parfait pour les froides journées d'hiver. Un merveilleux cadeau fait maison qui continue de donner toute la saison !

Stockage : entreposez les bocaux secs dans un garde-manger frais et sombre pendant 1–2 ans.

.

[Afficher la version originale](#)

.

[Noter cette traduction](#)