

Soupe froide aux poivrons et aux fraises



🕒 Rendement: 4 portions 🕒 Préparation: 30 minutes plus 4 heures de réfrigération 🗄️ Cuisson: 30 minutes

4 poivrons jaunes ou rouges
500 ml (2 tasses) de fraises mûres, équeutées, divisées en deux
125 ml (1/2 tasse) de bouillon de légumes
125 g (125 ml / 1/2 tasse) de **fromage mascarpone Saputo**, à température ambiante
50 g (80 ml / 1/3 tasse) de **fromage grana padano** ou **parmesan Saputo**, râpé
2 fraises fraîches, coupées en petits dés
Sel et poivre du moulin (au goût)

Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).

Déposer les poivrons sur une plaque allant au four. Rôtir à découvert en les retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que la peau noircisse et se détache, environ 30 minutes.

Retirer de la plaque et laisser reposer 2 minutes. Transférer dans un sac plastique, fermer hermétiquement et réserver 10 minutes.

Sortir les poivrons du sac et retirer la peau. Couper en deux et épépiner.

Dans un mélangeur, déposer les poivrons rôtis et les demi-fraises et réduire en une purée lisse.

Ajouter le bouillon et le mascarpone et pulser 1 minute.

Assaisonner la soupe au goût et réfrigérer 4 heures.

Servir accompagnée du parmesan ou grana padano et des petits dés de fraises.

À VOTRE SANTÉ !

Le poivron rouge est une source remarquable de vitamine C, presque trois fois plus importante que celle d'une orange. Il est aussi riche en vitamine A et en fer. Le poivron vert, lui, possède les mêmes vertus, mais en doses plus réduites.