Velouté tomates et aubergines (conserves ou non)

Bonjour à toutes et tous

En automne puis hiver, la soupe s'invite souvent dans nos dîners. Pour ma part, je trouve que c'est souvent le bon plan pour avoir du « juste à réchauffer » après les grandes journées. Néanmoins, au bout de quelques mois de soupe d'automne/hiver… les saveurs du sud si ensoleillées feraient du bien dans les bols pour varier.

Alors, il y a deux été, j'ai pris le parti d'essayer de préparer quelques conserves maison de soupe d'été. Le hasard du panier de légumes m'a conduit à un velouté tomates aubergines.. qui m'a bien régalée sur le dîner du jour. Plus tard, en février/mars, les bocaux réalisés ont vite régalé les plus-si-petits gourmands et moi même. J'ai même regretté de n'en avoir fait plus.

Alors, cet été, j'ai récidivé.. et me suis dit qu'il qu'il était temps de partager l'idée avec vous. J'espère que ce velouté tomates et aubergines vous inspirera.

- Soupe aubergines
& tomates -
© Au Fil du Thym

Velouté tomates et aubergines

Velouté tomates et aubergines (en conserves)

Recette : Velouté tomates et aubergines

Saison de la recette : Juillet à Octobre

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients

Pour 4-6 personnes :

- 1 belle aubergine (600g)
- 1 kg de tomates
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- 1 gousse d’ail
- 1 cuillérée à soupe d’herbes de Provence (ou 2)
- 2 cuillérée à soupe d’huile d’olive
- sel, poivre

Réalisation

- Épluchez et hachez grossièrement l’oignon et l’ail. Lavez les légumes, retirez les pédoncules et coupez-les en gros morceaux.
- Faites chauffer l’huile d’olive dans une casserole large puis faites y revenir l’oignon jusqu’à ce qu’il soit translucide.
- Ajoutez aubergines, poivrons, ail et faites revenir 5 minutes en remuant régulièrement.
- Ajoutez les tomates, les herbes de Provence et laissez à feu moyen jusqu’à ce que l’ensemble des légumes soient fondants.
- Mixez finement. Salez, poivrez, rectifiez l’assaisonnement au besoin.
- Si la soupe est trop épaisse à votre goût, laissez sur le feu quelques minutes.

Servez ce velouté tomates aubergines aussitôt.

Mise en bocaux : Si vous souhaitez conserver cette soupe en bocaux :

- Lavez vos bocaux et ébouillantez les. Ébouillantez aussi la rondelle.
- Remplissez les bocaux avec la soupe sans dépasser le niveau maximum.
- Placez la rondelle, fermez les bocaux.
- Stérilisez pendant 2heures à 100°C. (1)

Astuces :

- *Accompagnement* : J’apprécie d’accompagner ce velouté de tartines de chèvre frais.
- (1) le temps de stérilisation peut paraitre long, mais c’est lié à la présence d’eau en quantité importante dans la soupe.