

Bouillon aux boulettes de viande et légumes d'hiver

Cyril Lignac

15 min

INGRÉDIENTS : 4 PERS.

• **LE BOUILLON :**

- 2 litres d'eau
- 2 cuil. à soupe de gros sel
- 1 feuille d'algue kombu
- 1 petite poignée de bonite séchée
- 5 cuil. à soupe de sauce soja
- 1 cuil. à soupe d'ail râpé

• **LES BOULETTES :**

- 500g de chair de blanc de poulet haché
- 1 cuil. à soupe de saké (ou vin blanc)
- 1 cuil. à soupe de sauce soja
- 40g de poireaux lavés et émincés finement
- 1 cuil. à soupe de gingembre haché
- 1 cuil. à soupe de fécule de maïs
- Sel fin et poivre du moulin

• **LES LÉGUMES :**

- 2 choux pak choï coupés en gros morceaux
- 1 carotte épluchée, lavée et coupée en grosses rondelles
- 8 champignons shiitake ou champignons de Paris lavés et coupés
- 50g de pousses de soja frais

• **LES USTENSILES :**

- 1 marmite
- 1 carré de mousseline ou un papier absorbant résistant ou une boule à thé très fine
- 1 saladier

•1.

Dans une casserole, versez l'eau et le sel, ajoutez l'algue kombu, portez à ébullition. Dans un carré de mousseline, déposez la bonite séchée, refermez avec une ficelle, plongez la mousseline dans le bouillon et laissez cuire. Ajoutez la sauce soja et l'ail râpé, mélangez et chauffez. Plongez les légumes (les choux, la carotte, les champignons et les pousses de soja) à l'intérieur pour qu'ils commencent à cuire. Retirez la mousseline de bonite séchée.

•2.

Dans un saladier, mélangez la chair de poulet avec le saké (ou le vin blanc), la sauce soja, les poireaux émincés, le gingembre, la fécule de maïs et assaisonnez de sel et de poivre. Formez des boulettes. Plongez-les dans le bouillon à petits frémissements pendant 8 à 9 minutes.

3.

Dans un grand plat, déposez les légumes avec les boulettes