

Caldo Verde

Cuisson en Marmite Norvégienne

Portugal pour 4 personnes

Mais pourquoi cette recette ?

Parce qu'elle est conviviale et réconfortante ❤️

Un classique portugais à base de pommes de terre, chou émincé et (optionnellement) chorizo, pour un velouté généreux, parfumé et sans surveillance 🥔🥬🔥

🔪 Préparation
20 min

🔥 Sur le feu
10 min

🍲 En marmite
1 h 30 à 2 h

🕒 Temps total
environ 2 h 30



Servi à la sortie de la Marmite Norvégienne

📋 Ingrédients pour 4 personnes

- Pommes de terre : 500 g
- Oignon : 1 gros
- Ail : 2 gousses
- Huile d'olive : 2 c. à soupe
- Eau ou bouillon de légumes : 1,5 L
- Chou kale (ou chou vert) : 150 g
- Chorizo (optionnel) : 200 g
- Sel, poivre

⚠️ Sécurité : le réflexe à ne pas oublier

La cocotte doit être portée à **pleine ébullition** avant d'être placée dans la marmite, puis transférée **immédiatement**, couvercle bien fermé. Au moment de servir, vérifiez que le plat est bien chaud ; en cas de doute, remettez quelques minutes à ébullition.

La recette pas à pas

1 **Sur le feu** 10 min

Faire revenir l'oignon et l'ail

Faites revenir l'oignon et l'ail dans l'huile d'olive.

Ajouter les pommes de terre et cuire

Ajoutez les pommes de terre, enrobez bien, puis versez l'eau ou le bouillon. Portez à ébullition et laissez mijoter 10 min.

Mixer et remettre sur le feu

Mixez la soupe pour obtenir un velouté. Remettez sur le feu, portez à nouveau à ébullition.

Ajouter le chou et le chorizo

Ajoutez le chou émincé et le chorizo.

2 **En marmite norvégienne** 1 h 30 à 2 h *sans surveillance*

Placer dans la marmite

Retirez du feu et placez dans la marmite norvégienne pour 1 h 30 à 2 h.

L'astuce en plus

Servez bien chaud avec un filet d'huile d'olive... et une belle tranche de pain rustique  

Ce que la marmite norvégienne change

- Une soupe qui mijote pendant que vous faites autre chose
- Le feu reste éteint pendant 1 h 30 à 2 h de cuisson en marmite 
- Une explosion de saveurs dans chaque cuillerée ☞