

Cette soupe est facile et peu coûteuse et peut facilement nourrir 6 personnes.

Saucisse et chaudrée de maïs



Crédit photo : Jani H. Leuschel

Ingrédients :

- ½ tube (8 onces) de saucisse de dinde ou de porc (crue)

- ½ oignon moyen, haché
- 1 branche de céleri, hachée (facultatif)
- 1 grosse carotte, hachée (facultatif)
- 1 grosse ou 2 petites pommes de terre, coupées en dés
- 1 feuille de laurier ou ½ cuillère à café d'assaisonnement Old Bay
- ¼ cuillère à café de sel
- 5-6 grains de poivre ou ½ cuillère à café de poivre noir
- 4 tasses de bouillon ou d'eau
- 2 tasses de lait (peut contenir jusqu'à 12- oz de lait évaporé + ½ tasse d'eau)
- ½ tasse de fromage Cheddar ou Colby-Jack râpé (facultatif)

Instructions :

1. Faites chauffer une grande casserole profonde ou un faitout et faites dorer la saucisse crue en la brisant. 2. Déposer les saucisses cuites dans une assiette tapissée d'essuie-tout. Cuire l'oignon, le céleri et la carotte dans le jus de saucisse, en remuant fréquemment jusqu'à ce que l'oignon perde sa couleur.
3. Ajouter les pommes de terre, la feuille de laurier, le sel et le poivre et remuer, cuire environ deux minutes. 4. Incorporer les saucisses cuites et verser le bouillon sur tous les ingrédients. Remuer en grattant les morceaux collés au fond de la casserole. Porter à ébullition. Baisser le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres, environ 15 minutes. Remuez de temps en temps.
5. Ajouter le lait et laisser mijoter pendant cinq minutes.

un. **Remarque:** Pour une soupe plus épaisse, mélangez deux à trois cuillères à soupe de fécule de maïs avec une quantité égale d'eau. Incorporer à la soupe après avoir ajouté le lait, en mélangeant bien pour éviter la formation de

grumeaux.

6. Servir garni d'une pincée de fromage.

✓ *portions*

_ *généreuses*

_ [6.](#)



JANI HALL LEUSCHEL, MS,
NDTR

NDTR Nutrition and
Dietetics Technician,
Registered®

Copyright © 2022 [Jani H. Leuschel](#)