

## Potage de pois chiches aux oignons nouveaux

Pour 6 personnes

### **Pour les ingrédients :**

- 2 oignons nouveaux
- 2 pommes rouges
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail écrasée
- 4 c. à s. de concentré de tomates
- 360 g de pois chiches cuits
- 1,5 l de lait de soja
- 1/2 c. à c. de piment d'Espelette

### **A l'action :**

Émincer le blanc et le vert des oignons. Peler et couper les pommes en quartiers. Dans une grande casserole, chauffer l'huile d'olive et l'ail. Incorporer les oignons émincés et les quartiers de pomme. Laisser revenir pendant 2 minutes. Incorporer le concentré de tomate et cuire pendant 4 minutes.

Ajouter les pois chiches et le lait de soja. Assaisonner de piment d'Espelette et de sel. Laisser mijoter pendant 20 minutes.

Mixer au robot. Dégustez bien chaud.

On peut faire de ce potage un repas complet en y ajoutant un peu de riz brun cuit au moment de servir.