



# Soupe Etoilée

Livre de recettes  
7<sup>e</sup> édition 2019

**Humanis**

# La Soupe Etoilée

**« Quand l'art culinaire, le culte de la qualité et la solidarité se rejoignent... »**

Dans l'un des deux chalets du VILLAGE DU PARTAGE dédiés au Collectif associatif HUMANIS, a été présentée chaque semaine pour le marché de Noël une soupe originale créée par l'un des grands chefs d'Alsace.

Pour chaque semaine de l'Avent, un nouveau chef et une nouvelle recette ont permis, en toute gourmandise, de soutenir le projet solidaire mis en œuvre par le Collectif d'associations HUMANIS.

Ces soupes, créées par des chefs prestigieux, ont été réalisées sous la direction et le contrôle du traiteur KIEFFER - et grâce à l'appui logistique de ce dernier - par une équipe de bénévoles et de salariés du Collectif.

Une façon originale et gourmande de soutenir ce projet solidaire qui poursuit le double objectif **d'aider ici** (en offrant du travail à travers des postes d'insertion en Alsace) **pour aider là-bas** (en apportant des moyens aux associations humanitaires et de solidarité internationale).





# SOUPE DE TOPINAMBOURS AUX NOISETTES

## Hubert MAETZ

Hostellerie du Rosenmeer - Rosheim

**Pour 8 personnes**

**Temps de préparation : 30 minutes**

**Temps de cuisson : 40 minutes**

### Ingrédients :

- 1,2 litres de fond blanc (ou fond de volaille)
- 600 g de topinambours
- 50 cl de crème fraîche liquide
- 150 g d'échalotes hachées
- 20 g de beurre
- De l'huile de noisette
- Sel et poivre
- 50 g de noisettes hachées et torréfiées

### Préparation :

- Faire suer au beurre les échalotes puis ajouter les topinambours épluchés et coupés en gros morceaux.
- Mouiller juste à hauteur avec le fond blanc (ou fond de volaille), rajouter la crème et ajouter sel et poivre selon le goût.
- Faire cuire environ 40 minutes puis mixer et passer.
- Juste avant de servir, ajouter un filet d'huile de noisette.
- Servir très chaud et ajouter sur chaque assiette pour garnir quelques noisettes hachées et grillées à la poêle (ou à défaut, quelques amandes hachées grillées).

### L'astuce du chef :

Mixer la soupe avec l'huile de noisette.

### Note :

Pour les végétariens, remplacer le fond blanc par du fond de légumes.



CRÈME DE POTIRON AUX ARÔMES  
D'ORANGE ET DE GINGEMBRE  
**Eric WESTERMANN**  
Le Buerehiesel - Strasbourg

**Pour 6 personnes**

**Temps de préparation : 30 minutes**

**Temps de cuisson : 35 minutes**

**Ingrédients :**

- 1 kg de potiron muscadé
- 0,8 litre de fond blanc
- 10 cl de jus d'orange
- 20 g de jus de gingembre
- 20 cl de crème fraîche liquide
- Sel et poivre

**Préparation :**

- Éplucher et enlever les pépins du potiron. Le couper en gros morceaux.
- Le mettre à cuire avec le fond blanc et la crème pendant 30 bonnes minutes à compter de l'ébullition.  
Mixer.
- Pendant ce temps, éplucher et mixer le gingembre puis le mettre dans un tissu préalablement mouillé et essoré. Presser pour obtenir le jus de gingembre.
- Presser 1 orange ou 2.
- Ajouter modérément le jus d'orange et de gingembre en rectifiant éventuellement le dosage selon la puissance et l'acidité du gingembre et de l'orange.
- Ajouter sel et poivre selon le goût.
- Servir très chaud.

**L'astuce du chef :**

Idéalement, ne plus faire bouillir la soupe après avoir ajouté le jus de gingembre et le jus d'orange.

**Note :**

Pour les végétariens, remplacer le fond blanc par du fond de légumes.



## CRÈME DE CÉLERİ AU GINGEMBRE

### Laurent HUGUET

Le Relais de la poste - la Wantzenau

**Pour 6 personnes**

**Temps de préparation : 20 minutes**

**Temps de cuisson : 40 minutes**

#### Ingrédients :

- 1,2 kg de céleri rave
- 100 g de beurre
- 120 g de poireau
- 50 cl de crème fraîche
- 50 cl de fond blanc
- 50 g de gingembre

#### Préparation :

- Éplucher le céleri rave, le laver et le couper en gros morceaux.
- Nettoyer les poireaux et les émincer.
- Faire suer le poireau au beurre, ajouter le céleri, le fond blanc et la crème et laisser cuire 40 minutes.
- Mixer le tout.
- Éplucher le gingembre et le râper au dernier moment.
- Ajouter tout ou partie du gingembre râpé dans la soupe (attention à sa puissance!!!).
- Servir très chaud.

#### L'astuce du chef :

Si vous avez des feuilles de céleri branche, les faire frire et les rajouter en décor dans les assiettes.

#### Note :

Pour les végétariens, remplacer le fond blanc par du fond de légumes.



## SOUPE ÉVASION Emile JUNG

Ancien chef étoilé et créateur du restaurant  
Le Crocodile - Strasbourg

**Pour 8 personnes**

**Temps de préparation : 30 minutes**

**Temps de cuisson : 45 minutes**

### Ingrédients :

- 2 bottes de cresson très frais
- 1 litre de fond de volaille
- 1 kg de pommes de terre
- 50 g de beurre
- 150 g d'oignons
- 50 cl de crème fraîche liquide
- 30 g de raifort râpé

### Préparation :

- Éplucher les pommes de terre, les laver et les couper en morceaux.
- Nettoyer le cresson en gardant feuilles et tiges. Le faire cuire 5 minutes à l'eau bouillante salée. Refroidir à l'eau glacée puis le réduire en purée dans un bol mixer.
- Faire suer les oignons, ajouter les pommes de terre, mouiller au fond de volaille, assaisonner et cuire pendant 40 minutes.
- Quand la base de soupe est cuite, ajouter le cresson réduit en purée et la crème liquide puis mixer le tout et rectifier si nécessaire l'assaisonnement.

### L'astuce du chef :

Ajouter une cuillère à café de raifort pour redonner à la soupe la puissance du cresson.  
**SERVIR TRÈS CHAUD !!!!**

### Note :

Pour les végétariens, remplacer le fond blanc par du fond de légumes.



## VELOUTÉ DE PATATES DOUCES, BANANES ET CARDAMOME

**Michel HUSSER**  
Le Cerf - Marlenheim

**Pour 8 personnes (2L de soupe)**

### Ingrédients :

- 800 g de patates douces épluchées
- 1 dl de lait de coco
- 300 g de bananes épluchées
- 2 g de cardamome verte
- 4 dl de lait
- 1/2 litre d'eau

### Préparation :

- Couper les patates douces en gros morceaux.
- Les mettre dans un faitout avec l'eau, le lait et la cardamome et les faire cuire environ 40 minutes à compter de l'ébullition.
- Saler, poivrer.
- Ajouter les bananes coupées en morceaux et le lait de coco.
- Laisser cuire encore 5 minutes.
- Mixer soigneusement le tout au blender ou au pied mixeur.
- Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

### L'astuce du chef :

Ajouter quelques croûtons ou quelques dés d'escalope de poulet poêlés.



## SOUPE DE BUTTERNUT AUX CHÂTAIGNES ET AU BIBELESKÄS

### Guy-Pierre BAUMANN

La maison Kammerzell - Strasbourg

Pour 8 personnes (2L de soupe)

#### Ingrédients :

- 500 g de courge Butternut
- 90 g de blanc de poireaux
- 20 g de châtaignes au naturel (en conserve ou sous vide)
- 50 cl de crème liquide
- 100 g de fromage blanc à 40% de matière grasse
- 20 g de beurre
- 75 g d'oignons
- 40 g de pommes de terre
- 1 litre de bouillon de volaille (ou 1 litre d'eau avec 1/2 cube de bouillon de volaille ou légumes pour les végétariens)

#### Préparation :

- Éplucher et nettoyer tous les légumes et les couper grossièrement.
- Prendre des marrons cuits, les couper finement en lamelles et les réserver pour mettre sur la soupe.
- Faire suer dans le beurre les poireaux et les oignons.
- Ajouter les pommes de terre et la courge butternut.
- Mouiller avec le fond de volaille et assaisonner.
- Laisser cuire 50 minutes environ puis mixer finement.
- Ajouter le fromage blanc et la crème, redonner un coup d'ébullition et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

#### L'astuce du chef :

Disposer sur la soupe chaude quelques copeaux de lard fumé séché au four ou de jambon sec.

#### Note «culturelle alsacienne» :

Le Bibeleskaes (dans le Bas-Rhin) ou Bibbalakaas (dans le Haut-Rhin), est une spécialité alsacienne, à base de fromage blanc non battu (de manière à garder des «Knübba» c'est-à-dire de gros morceaux).

Pour ce mets, on emploie le caillé égoutté mélangé à de la crème fraîche, de l'ail et de la ciboulette, le tout assaisonné de sel et de poivre, accompagnant généralement des pommes de terre sautées ou cuites en robe des champs.

Selon les variantes, on peut poser un Stück de Mänschterkaas (morceau de munster frais), des fines tranches de Spack (lard) sur l'assiette.



# VELOUTE DE LENTILLES VERTES DU PUY

## Marc HAEBERLIN

Auberge de l'Ill - Illhaeusern

Pour 8 personnes (2L de soupe)

### Ingrédients :

- 300 g de lentilles vertes du Puy
- 300 g d'oignons
- 180 g de poireaux
- 180 g de céleri branche
- 2 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 2 litres d'eau plus un cube de bouillon de volaille ou légumes pour les végétariens (ou 2 litres de bouillon de volaille)
- 80 cl de crème liquide
- 100 g de beurre
- 100 g de céleri rave
- 160 g de carottes

### Préparation :

- Faire tremper les lentilles pendant 2 à 3 heures.
- Éplucher nettoyer tous les légumes.
- Couper et émincer les oignons, le poireau, le céleri en branche et l'ail. Les faire suer dans le beurre.
- Ajouter les lentilles, le bouquet garni et le bouillon de volaille ou de légumes.
- Faire cuire 45 minutes.
- Retirer le bouquet garni.
- Mixer soigneusement puis passer au tamis si nécessaire.
- Ajouter la crème liquide.
- Rectifier l'assaisonnement.
- Tailler en brunoise (petits dés) le céleri rave, les carottes. Les cuire à l'Anglaise (à l'eau bouillante salée). Mettre la brunoise dans le fond de l'assiette et servir la soupe par-dessus.

### L'astuce du chef :

Pour transformer cette soupe aux lentilles rustique en soupe gastronomique, fouetter 25 cl de crème liquide et quand elle est ferme, y ajouter le zeste râpé fin d'un demi citron vert et 2 cuillères à soupe de vodka.

Ne surtout pas ajouter de sel.

Déposer sur l'assiette de soupe bien chaude une cuillerée de crème fouettée à la vodka et déguster ! Cette soupe se marie aussi très bien avec de petits cubes d'esturgeon fumé.



# SOUPE ÉVASION

## Emile JUNG

Ancien chef étoilé et créateur du restaurant  
Le Crocodile - Strasbourg

Pour 8 personnes (2L de soupe)

### Ingédients :

- 35 g d'échalotes épluchées
- 20 g d'ail épluché
- 20 g de galanga déjà cuit dans un bocal (sinon utiliser 70 g de galanga congelé)
- 140 g de cacahuètes blanches (non torréfiées)
- 2 g de curcuma
- 1 piment oiseau sec (dont on enlève les graines)
- 6 dl d'eau
- 1 dl d'huile d'arachide
- 7 g de sucre de canne
- bâton de citronnelle thaï, 2 feuilles de citron (« kafir lime » ou cumbava vendu surgelé)
- 1 grosse feuille de laurier

### Préparation :

- Passer au moulin à viande afin d'hacher les cacahuètes, le galanga si congelé, l'ail et l'échalote.
- Faire suer dans l'huile ce mélange, ajouter le curcuma, la citronnelle thaï, le sucre, le piment, les feuilles de citron et la feuille de laurier.
- Ajouter l'eau et faire cuire 30 minutes.
- Enlever les feuilles et la citronnelle, mixer et mettre de côté cette base.
- Ajouter alors le lait, la crème et le lait de coco.
- Saler à votre convenance puis passer cette soupe.
- Ajouter la crème de riz mélangée avec un peu d'eau froide et reporter à ébullition.
- La servir très chaude, en ajoutant éventuellement un peu de noix de coco râpée sur le dessus.

### En finition :

- 1/2 litre de lait
- 4 dl de crème liquide
- 160 g de lait de coco
- 1 verre d'eau si nécessaire suivant la puissance
- 20 g de crème de riz pour la liaison si nécessaire (s'utilise comme de la féculle de pomme de terre).

### Les astuces du chef :

**Servie en soupe :** L'allonger éventuellement d'un peu d'eau (tout est une question de puissance de la soupe suivant votre palais). Disposer au fond de l'assiette une coquille Saint Jacques finement émincée ou de petits cubes de poisson cru et verser dessus la soupe évaporation brûlante. Attendre quelques instants et déguster.

**Servie en sauce :** Cette soupe (sans l'allonger) peut aussi servir de sauce pour accompagner aussi bien de la viande blanche que du poisson cuit à la vapeur ou poêlé servi avec un riz nature.

### Conseil pratique :

La base de cette soupe est la fabrication d'une base « épicee » qui sera « allongée » avec du lait, du lait de coco et de la crème, voire de l'eau. Il est préférable de faire ses courses dans un super marché chinois (de type PARIS-STORE), pour être sûr d'y trouver tous les ingrédients nécessaires très frais et à un meilleur prix.



## VELOUTÉ DE TOPINAMBOURS AU CURRY

### Pascal BASTIAN

Le Cheval Blanc - Lembach

*Recette pour 2,5 litres de soupe.*

#### Ingrédients :

- 2 litres de fond blanc (ou bouillon de légumes pour les végétariens).
- 500 g de topinambours épluchés coupés en gros morceaux.
- 600 g de pommes de terre épluchées coupées en gros morceaux.
- 300 g d'oignons émincés.
- 40 cl de lait.
- 60 cl de crème liquide.
- 50 g de beurre.
- 5 g de curry.
- Sel et poivre.

#### Préparation :

- Faire suer au beurre les oignons.
- Mettre les topinambours puis les pommes de terre et mouiller au fond blanc, lait et crème.
- Faire cuire 45 minutes environ.
- Ajouter le curry puis mixer.
- Vérifier l'assaisonnement.

#### L'astuce du chef :

Battre 25 cl de crème liquide jusqu'à ce qu'elle soit ferme. Y ajouter 5 cuillères à soupe bombées de parmesan râpé. En déposer une belle cuillerée sur l'assiette de soupe chaude. Pour une entrée de fêtes, disposer au fond de chaque assiette quelques crevettes, gambas ou noix de ST Jacques juste pochées dans la soupe.



## VELOUTÉ DE POTIRON DE LA VALLÉE

### Olivier NASTI

Le Chambard - Kaysersberg

*Recette pour 2,5 litres de soupe.*

#### Ingrédients :

- 2 litres de fond blanc (ou bouillon de légumes pour les végétariens).
- 1,25 kg de potiron épluché.
- 300 g de pommes de terre épluchées.
- 75 g de poireaux.
- 125 g d'oignons émincés.
- 1 gousse d'ail.
- 25 cl de lait.
- 40 cl de crème liquide.
- 2 à 3 c. à soupe d'huile d'olive.
- Sel et poivre.
- Quelques croûtons à dorner au beurre.
- Un peu de crème fouettée (facultatif).

#### Préparation :

- Bien faire suer - voire compoter - les oignons et le poireau dans un peu d'huile d'olive.
- Ajouter les autres légumes, mouiller avec le fond blanc, le lait et la crème.
- Faire cuire environ 30 minutes. Pendant ce temps, dorner les croûtons au beurre.
- Mixer la soupe et la passer au chinois.
- Servir la soupe sur assiette. Ajouter les croûtons ainsi qu'un peu de crème fouettée.

#### L'astuce du chef :

Evider un potiron pour en retirer la chair en gardant l'écorce. Verser délicatement la soupe prête à servir dans le potiron évidé.  
Éventuellement, faire revenir quelques lardons. Déposer les lardons dorés au fond des assiettes (ou du potiron évidé) et verser la soupe dessus.



## CRÈME DE CHOU-FLEUR AU PAIN D'ÉPICE ET YUZU

**Dominique RADMACHER**  
Chez Yvonne - Strasbourg

**Recette pour 2,5 litres de soupe.**

### Ingrédients :

- 2 litres de fond de volaille (ou bouillon de légumes pour les végétariens).
- 750 g de chou-fleur.
- 1 g de poudre d'épices à pain d'épices.
- 250 g de pommes de terre.
- 180 g d'oignons émincés.
- 25 g de beurre.
- 20 cl de crème fleurette.
- 1 yuzu (agrume asiatique), jus et zeste.
- Sel et poivre.

### Préparation :

- Effeuiller, laver et tailler le chou-fleur en sommités. Réserver.
- Râper la peau du yuzu et presser le jus. Réserver.
- Éplucher les pommes de terre et les couper en morceaux. Réserver.
- Faire suer au beurre les oignons, ajouter le chou-fleur et les pommes de terre. Mouiller avec le bouillon de légumes ou le fond de volaille.
- Porter à ébullition, écumer, ajouter la poudre à pain d'épices, le sel et laisser mijoter une heure.
- Mixer, crémer, ajouter le zeste de yuzu râpé, le jus de yuzu et rectifier l'assaisonnement.
- Servir bien chaud.

### L'astuce du chef :

Faire quelques croûtons de pain d'épices, les colorer un peu au four et les disposer sur la soupe. Pour une entrée de fêtes, ajouter éventuellement quelques lamelles de foie gras.



VELOUTÉ DE COCO  
BLANC AU PAPRIKA

**Emile JUNG**

Ancien chef étoilé et créateur du restaurant  
Le Crocodile - Strasbourg

*Recette pour 2,5 litres de soupe.*

**Ingrédients :**

- 2 litres de fond blanc (ou bouillon de légumes pour les végétariens).
- 250 g de cocos blancs (à faire tremper une nuit dans l'eau).
- 90 g d'oignons émincés.
- 250 g de poivrons rouges émincés.
- 25 g de concentré de tomates.
- 3 g de paprika.
- 5 cl d'huile d'olive.
- 50 cl de crème liquide.
- 1 gousse d'ail écrasée.

**Préparation :**

- Bien faire suer à l'huile d'olive les oignons, le poivron rouge et l'ail.
- Ajouter les cocos blancs, mouiller avec le fond blanc (ou le bouillon) et la crème.
- Ajouter le concentré de tomates puis faire cuire une bonne heure.
- Ajouter le paprika puis mixer.
- Passer au chinois. Attention, bien remuer lors de la chauffe (la soupe a tendance à attacher).

**L'astuce du chef :**

À la place des traditionnels croutons, penser à une petite brunoise de chorizo juste passée à la poêle et égouttée sur un papier absorbant. Disposer sur la soupe.



## VELOUTÉ DE CÈPES ET SALSIFIS

### Ludovic KIENTZ

Le Crocodile

#### Ingrédients :

- 500 g de cèpes (frais ou surgelées ou 80 g en déshydraté)
- 500 g de champignons de Paris
- 500 g de salsifis (poids net soit environ 900 g brut) frais ou surgelés
- 100 g d'oignons émincés
- 30 g de beurre
- 75 cl de crème liquide
- 75 cl de bouillon de volaille (ou de légumes pour les végétariens)
- Sel et poivre

#### Préparation :

- Faire suer au beurre les oignons émincés, ajouter les salsifis coupés, faire suer.
- Ajouter les champignons de Paris et les cèpes, puis le bouillon et la crème, mettre du gros sel et laisser cuire 40 minutes.
- Mixer et ajuster l'assaisonnement.

#### L'astuce du chef :

Possibilité de faire une raviole de champignons et la mettre au centre de l'assiette, servir la soupe bien chaude.



## CRÈME DE BUTTERNUT AU GINGEMBRE

### Romain CREUTZMEYER

Le Colbert

#### Ingrédients :

- 1 kg de butternut épluché (poids net)
- 1 oignon moyen
- 1 poireau moyen
- 1 l fond blanc de volaille (ou de légumes pour les végétariens)
- 30 g de beurre
- 1,5 cl huile d'olive
- 15 g de gingembre frais (poids net)

#### Préparation :

- Détailer en cubes le potiron butternut (épluché et dont les pépins ont été enlevés), éplucher le gingembre, l'oignon et préparer le poireau. Emincer le poireau et l'oignon.
- Les faire suer à l'huile d'olive et au beurre, ajouter le butternut et mouiller avec le fond blanc. Cuire environ 30 minutes, mixer, passer au chinois, rectifier l'assaisonnement.
- Ajouter le gingembre râpé,
- Servir très chaud

#### L'astuce du chef :

Possibilité d'y ajouter quelques cubes de chèvre frais ou quelques châtaignes émincées et quelques croûtons dorés au beurre.



## CRÈME DE CHÂTAIGNES À LA TOMME ROUGE DES VOSGES

Jean-Georges KLEIN  
Villa René Lalique

### Ingrédients :

- 300 g de châtaignes cuites
- 2 l de fond blanc de volaille (ou de légumes pour les végétariens)
- 1 l de crème liquide
- 40 g de gingembre frais finement émincé
- 50 g de Bargkass au thé rouge (tomme au thé rouge sauvage) râpé
- 50 g de Graisse de canard (facultatif pour les végétariens)

### Préparation :

- Faire cuire à petit bouillon les châtaignes dans le fond blanc de volaille durant une heure environ puis
- Mixer jusqu'à l'obtention d'une purée très lisse.
- Ajouter la crème et la graisse de canard, assaisonner, laisser mijoter 15 minutes avec le gingembre.
- Ajouter le fromage.
- Mixer à nouveau et rectifier l'assaisonnement.

### L'astuce du chef :

Possibilité d'escaloper des noix de St Jacques en deux, verser la soupe brûlante dessus ou alors servir avec des ravioles aux cèpes ou aux champignons cuites dans la soupe.



## VELOUTÉ DE CÉLERI AU CURCUMA

### Emile JUNG

Ancien chef étoilé et créateur du Crocodile

#### Ingrédients :

- 750 g de céleri rave épluché coupé
- 50 g d'oignons émincé
- 25 g de riz rond
- 0.75 l de lait
- 0.75 l de fond blanc de volaille (ou de légumes pour les végétariens)
- 50 g de beurre
- 2 g de curcuma (à doser très précisément)

#### Préparation :

- Faire suer les oignons dans le beurre puis ajouter le céleri, le riz, le lait et le fond blanc de volaille, saler légèrement et poivrer.
- Cuire environ 40 minutes puis mixer, ajouter le curcuma, rectifier l'assaisonnement et passer au tamis.
- Servir très chaud.

#### L'astuce du chef :

Ajouter le jus d'un citron fraîchement pressé, quelques lanières de saumon fumé ou magret fumé.



CRÈME DU BARRY AU PARFUM DE CLÉ-  
MENTINES ET ÉPICES DE NOËL  
**Nicolas STAMM**  
la Fourchette des Ducs

**Ingrédients :**

Pour 3 L environ (10 à 12 personnes)

- 1/2 choux fleur (environ 500gr), enlever les parties vertes, prendre les parties dures du choux et compléter par des sommités. Couper grossièrement.
- 750 gr de pomme de terre, les éplucher et couper en gros quartiers.
- 375 gr oignons, éplucher, les émincer
- ½ L lait
- ½ L crème liquide 35%
- 5 cl huile colza
- 300 gr de clémentines, enlever l'écorce et les parties blanchâtres voire les pépins
- 2 gr d'épices à pain d'épices

**Préparation :**

- Faire suer les oignons émincés, ajouter les pommes de terre et le chou-fleur, ajouter la crème et le lait, puis 1.5 l d'eau.
- Assaisonner légèrement gros sel. Possibilité de mettre un cube de bouillon de volaille (ne pas saler dans ce cas).
- Laisser cuire 45' environ, ajouter les clémentines, laissez cuire 5' et mixer le tout.
- Ajouter une pincée de poivre et les épices à pain d'épice.
- Possibilité de remplacer, si vous n'avez pas d'épices, par 3 ou 4 tranches de très bon pain d'épices suivant votre goût.
- Bien mixer le tout, vérifier l'assaisonnement et la consistance puis passer.

**L'astuce du chef :**

faire griller une tranche de pain d'épices, ou des croutons à disposer sur l'assiette de soupe.



SOUPE CRÉCY AU PETIT BONHEUR (MUNSTER JEUNE DE  
LA FERME DU PETIT BONHEUR)  
**GÉRARD GOËTZ**  
Hotel Julien

**Ingrédients :**

Pour 3 L environ (10 à 12 personnes)

- 1Kg de carottes, épluchées et coupées en gros morceaux
- 800 gr de pomme de terre, épluchées et coupées en gros morceaux
- 300 gr d'oignons, épluchés et émincés
- 5 cl d'huile de colza
- 100 gr de Munster jeune coupé en morceaux
- 2 gr Carvi en poudre (sinon cumin)
- ½ L crème liquide 35%

**Préparation :**

- Faire suer les oignons émincés, ajouter les pommes de terre et les carottes, ajouter la crème et 1.5 L d'eau.
- Assaisonner légèrement de gros sel.
- Possibilité de mettre un cube de bouillon de volaille (ne pas saler dans ce cas).
- Laisser cuire 1 heure environ, ajouter le munster, le carvi et du poivre, mixer, vérifier l'assaisonnement.

**L'astuce du chef :**

La carotte est toujours un peu « grumeleuse » vous pouvez la passer. Possibilité de mettre des petites quenelles de volaille, une belle tranche de pain de campagne fine et grillée.





CRÈME DE POTIRON  
À LA TOME DES VOSGES AUX HERBES

## Christophe MULLER

Paul BOCUSE

### Ingrédients :

Pour 3 L environ (10 à 12 personnes)

- 1.7 kg de potiron : enlever la peau et les pépins, couper en morceaux
- 160 gr d'oignons, épluchés et émincés
- 5 cl d'huile de colza
- 100 gr de Tome des Vosges aux herbes, à couper en morceaux avec la croûte
- Une pincée de muscade en poudre
- ½ L crème liquide 35%
- 25 cl de lait

### Préparation :

- Faire suer les oignons émincés, ajouter les morceaux de potiron, ajouter la crème, le lait et 1.5 L d'eau.
- Assaisonner légèrement de gros sel.
- Possibilité de mettre un cube de bouillon de volaille (ne pas saler dans ce cas).
- Laisser cuire 45 minutes environ, ajouter la Tome, la muscade et du poivre, mixer.
- Vérifier l'assaisonnement.

### L'astuce du chef :

Possibilité de mettre des petits cubes de Tome, une belle tranche de pain de campagne fine et grillée.



VELOUTÉ MYSTÈRE À LA BIÈRE DE NOËL  
DE YOLANDE

**Emile JUNG**  
Ancien chef étoilé et créateur du Crocodile

**Ingrédients :**

Pour 3 L environ (10 à 12 personnes)

- 700 gr d'endives, couper un peu le trognon, enlever les feuilles fanées si nécessaire. Emincer grossièrement
- 550 gr de pomme de terre : éplucher, couper en gros morceaux
- 100 gr d'oignons, éplucher, les émincer
- 5 cl d'huile de colza
- 90 gr jus de citron
- 10 gr de sucre semoule
- 40 cl crème liquide 35%
- 30 cl de lait
- 10 cl de Bière de Noël Météor

**Préparation :**

- Faire suer les oignons émincés et les endives, ajouter les pommes de terre, ajouter la crème, le lait et 1.5 L d'eau.
- Assaisonner légèrement de gros sel, mettre le sucre.
- Possibilité de mettre un cube de bouillon de volaille (ne pas saler dans ce cas).
- Laisser cuire 45min environ.
- Mixer ajouter le jus de citron et la bière, du poivre, mixer.
- Vérifier l'assaisonnement.

**L'astuce du chef :**

Monter de la crème légèrement salée et une pointe de raifort, quelques œufs de saumon ou truite, ou des dés de saumon fumé ou anguille fumé ; ou des cuisses de grenouilles.  
Une belle tranche de pain de seigle fine et grillée



## VELOUTÉS DES SOUS-BOIS AU RIESLING ET CROÛTONS AUX ÉPICES

### Alexis ALBRECHT Au Vieux Couvent à Rhinau

#### Ingrédients :

##### Velouté :

- 500 gr de champignons de Paris
- 50 gr de beurre
- 20 cl de Riesling
- 1L d'eau
- 10 gr de sel
- 10 cl de crème
- 10 cl de lait
- 30 gr de maïzena
- 10 gr d'huile de noisette

##### Croûtons :

- Quantité suffisante de pain taillé en cube
- 1 cuillère à soupe de beurre
- 1 à 2 pointes de couteau d'épices à pain d'épices
- 1 à 2 râpures de zeste d'orange

#### Préparation :

##### Velouté :

- Laver et émincer grossièrement les champignons.
- Raidir avec le beurre dans une marmite jusqu'à coloration, déglacer avec le Riesling et faire bouillir 1 minute puis ajouter l'eau et le sel, laisser frémir 10 minutes.
- Mélanger la crème avec le lait et la maïzena, verser sur le bouillon de champignons et laisser frémir 5 minutes.
- Ajouter 10 gr d'huile de noisette et mixer finement le tout.
- Rectifier l'assaisonnement.

##### Croûtons :

- Faire fondre le beurre avec les épices et le zeste d'orange, ajouter les cubes de pain et doré doucement les croûtons à la poêle afin qu'ils soient bien croustillants.
- Servir le velouté avec quelques croûtons.



## VELOUTÉ DE PANNAIS, COCO ET CITRONNELLE

### Julien BINZ

Restaurant Julien Binz à Ammerschwihr

#### Ingrédients :

- 1 oignon
- 400 gr de panais
- 400 gr de lait de coco
- 800 gr fond de blanc de volaille
- 2 bâtons de citronnelle
- 4 de feuilles de lime
- Huile d'olive
- Sel et poivre

#### Préparation :

- Faire revenir à l'huile d'olive les oignons finement hachés pendant 2-3 minutes.
- Ajouter les panais taillés en cubes.
- Mouiller avec le bouillon de volaille et cuire à petite ébullition pendant 30 minutes.
- Puis ajouter le lait de coco, mettre à ébullition, mixer, filtrer.
- Rectifier l'assaisonnement et servir bien chaud.



## VELOUTÉ CRÉCY AUX PARFUMS D'ASIE

Fabien MENGUS

Le Cygne à Gundershoffen,  
l'Arnsbourg à Baerenthal

### Ingrédients :

- 80 gr de gingembre
- 50 gr de bouillon de volaille
- 1L d'eau
- 60 cL de crème
- 100 gr d'oignon
- 125 gr de carottes
- Sel

### Préparation :

- Eplucher les carottes, les tailler en cubes, les réserver.
- Eplucher les oignons et les ciseler.
- Eplucher et râper le gingembre à l'aide d'une rappe fine.
  
- Faire suer les oignons avec un peu de beurre, puis ajouter les carottes et faire cuire légèrement sans coloration.
- Ajouter le gingembre et le reste des ingrédients (bouillon, eau, sel), laisser cuire.
  
- En fin de cuisson, mixer tous les légumes dans tout le bouillon, passer la soupe dans un tamis. Servir.



## VELOUTÉ DE POTIMARRON LIQUEUR DE CHÂTAIGNE

Franck PELUX  
Le Crocodile à Strasbourg

### Ingrédients :

- 1,2 kg de potimarron
- 35 gr de pomme de terre
- 80 gr de purée de marrons
- 1,2L d'eau
- Un cube de bouillon de volaille
- 50 cL de crème
- 50 cL de lait
- 38 cL de liqueur de châtaigne
- 35 gr de pignons de pin
- 10 gr de sel

### Préparation :

- Torréfier les pignons de pin (les poser sur une plaque et les passer au four ou, dans une poêle, les faire sauter à sec, sans matière grasse) pour leur donner un peu de coloration.
- Les saler et les réserver.
- Préparer un bouillon de volaille avec un cube de bouillon et de l'eau.
- Préparer les potimarrons.
- Epluchez les, videz les, coupez-les en gros quartiers.
- Faire suer les potimarrons avec un peu de beurre dans une casserole.
- Une fois qu'il a commencé à fondre, ajouter les autres ingrédients (bouillon, sel, crème, lait, purée de marrons, pomme de terre).
- Laisser cuire à couvert durant 30 minutes à feu doux.
- En fin de cuisson, mixer tous les légumes dans tout le bouillon, passer la soupe dans un tamis.
- Servir en rajoutant des pignons de pin.

## HUMANIS La solidarité ici et là-bas

Le collectif HUMANIS est né d'une double idée :

- Le regroupement d'associations de solidarité au sein d'un même collectif permet une mutualisation des moyens et de l'expérience acquise par chacun dans son domaine.
- La mutualisation des besoins permet la création de postes d'insertion particulièrement porteurs de sens pour les salariés qui y travaillent.

Le collectif HUMANIS regroupe à ce jour 106 associations humanitaires et de Solidarité internationale et accueille chaque année, pour faire face au besoin du Collectif, entre 65 et 70 salariés en insertion.

La dynamique mise en œuvre par ces associations, petites ou grandes, démultiplie l'efficacité des actions. Elle permet à travers des rencontres événementielles (Rentrée des associations, Village du Partage, forum HUMANI-TERRRE, etc.) de faire découvrir au grand public la richesse et la diversité des actions portées par les associations locales, sensibilisant le public aux problèmes de la santé, l'éducation, d'eau et de handicap à travers le monde.

Le projet Soupe étoilée a été créé afin de permettre la pérennisation des activités du Chantier d'Insertion, ainsi que pour répondre aux besoins des associations membres basées en Alsace.

**HUMANIS**  
7 rue du Héron  
67300 SCHILTIGHEIM  
Tél: 03 88 26 26 26  
[www.humanis.org](http://www.humanis.org)

MERCI AUX PARTENAIRES QUI ONT  
SOUTENU LA SOUPE ÉTOILÉE



PARTENAIRES 2018



PARTENAIRE 2013-2017



PARTENAIRE 2018



Machine Sous Vide 03.89.77.93.00

