



Le saviez-vous ?

Pistou vient du Provençal Pista qui veut dire broyer, piler, d'ailleurs, pistoun veut dire pilon. Le pesto est une sauce similaire italienne qui vient de pestare qui signifie écraser.



La soupe au pistou

A l'origine la cuisson était réalisée sur un « potager » sorte de table de cuisson qui fournit la chaleur grâce à des braises placées dans la partie basse de celui-ci.

Ingrédients pour 6 personnes :

- 400g de haricots Pape et 400g haricots verts
 - 6 carottes et 4 courgettes
 - 1 tranche de lard fumé
 - 6 pommes de terre
- 4 poignées de coquillettes.
 - 3 gousses d'ail
 - un bouquet de basilic
 - huile d'olive, sel et poivre

Préparation :

Effiler et couper en tronçons les haricots papes.
Égrener les haricots verts, éplucher et couper les carottes en rondelles.

Couper les courgettes en petits morceaux.

Couper le lard en morceaux.

Jeter le tout dans une marmite. Recouvrir aux 3/4 d'eau et porter doucement à ébullition.

Cuire pendant 30 minutes.

Pendant ce temps, éplucher et couper les pommes de terre en petits morceaux.

Les incorporer à la préparation et poursuivre la cuisson 10 minutes.
Ajouter les pâtes.

Préparer le pistou : effeuiller le basilic, mettre les feuilles dans un mortier avec les gousses d'ail épluchées. Piler en ajoutant peu à peu l'huile d'olive afin d'obtenir une pommade bien lisse.

Ajouter le pistou à la soupe au moment de servir car le basilic perd ses propriétés gustatives durant la cuisson.

