

---

## **SOUPE AU LARD**

---

### **Ingrédients :**

2 carottes  
2 navets  
1kg de pommes de terre  
2 poireaux  
1 livre de lard fumé maigre  
Gros sel

### **Matériel :**

Marmite en fonte

### **Technique :**

Mettre l'eau dans la marmite (3 litres). Eplucher les légumes, les laver, les couper finement. Ajouter 250 g. de lard et cuire pendant 1 heure, saler si nécessaire et poivrer. Servir chaud.

---

## **SOUPE SAVOYARDE**

---

### **Ingrédients :**

200 g. de lard gras  
1/2 céleri rave  
2 poireaux  
2 oignons  
3 grosses pommes de terre  
1/2 litre de lait  
50 g. de saindoux  
50 g. de fromage rapé  
Des grosses tranches de pain de campagne (pour chaque personne)

### **Matériel :**

Une grande marmite  
Une passoire  
Une cuillère en bois

### **Technique :**

Eplucher les pommes de terre ainsi que les autres légumes, les laver. Les couper finement. Couper en dés le lard, le mettre dans une marmite en fonte avec le saindoux. Ajouter les légumes, les faire revenir. Mouiller avec 1 litre 1/2 d'eau, compléter par 1/2 litre de lait. Faire cuire 1 heure. Assaisonner, saupoudrer de fromage rapé et servir chaud.

---

## **CAROTTES A L'ETUVÉE**

---

### **Ingrédients :**

1 kg de carottes  
1 oignon  
1 cuillère à soupe de saindoux  
1 tasse d'eau chaude  
1 pincée de gros sel

### **Matériel :**

Une tasse  
Une marmite

### **Technique :**

Laver les carottes, les couper en batonnets. Faire étuver de l'oignon émincé dans le saindoux. Faire revenir les carottes quelques minutes. Ajouter une