

Crème de lentille corail au lait de coco et épices



Ingrédients (pour 4 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
0.1	Lentilles corail en sac 2,5 kg VIVIEN PAILLE	0167600
1	Oignon	~
0.5	Ail	~
1	Bouillon	~
0.3	Eau	~
0.1	Lait de coco	~
2 doses	Concentré de tomate	~
2 doses	Curry	~
1	Cumin	~
0.5	Graines de carvi	~
1	Huile d'olive	~
2 doses	Jus de citron vert	~

Étapes de préparation

- 1 Dans une casserole, faire revenir l'oignon et l'ail émincés dans un peu d'huile d'olive.
- 2 Ajouter l'eau, le cube de bouillon, le lait de coco, le concentré de tomate, les épices et les lentilles. Faire cuire sur feu doux et à couvert pendant 25 min.
- 3 Passer au mixeur les lentilles. Ajouter un peu d'eau si vous trouvez que la crème de lentilles est trop épaisse.
- 4 Dresser dans un bol et ajouter des feuilles de coriandre fraîche