

Moulin de Buffière

SOUPE DE LENTILLES CORAIL

Ingrédients :

250 g de lentilles corail

1 oignon

1 cuil à soupe de farine

1,5 l d'eau

1 carotte

1 cuil à soupe de concentré de tomate

1 cuil à soupe d'huile

sel, paprika

1 pincée de cumin en poudre

Préparation :

Eplucher la carotte et la couper en dés

Dans une grande casserole, faire revenir l'oignon coupé en dés avec l'huile

Une fois coloré, ajouter la farine puis l'eau tout doucement tout en remuant

Ajouter les lentilles et la carotte

Laisser mijoter 20 à 30 minutes jusqu'à ce que la carotte soit cuite

Ajouter le concentré de tomate et le cumin puis passer le tout au mixer

Dresser avec de la crème fouettée aromatisée au cumin et des copeaux de jambon séché

ou simplement saupoudré de paprika