

# Potée aux lentilles végétarienne

## INGRÉDIENTS

500 g de lentilles vertes  
Bio

1 chou vert

2 blocs de tofu fumé

6 saucisses de tofu

1 gros oignon

3 carottes

4 pommes de terre

2 feuilles de laurier

1 branche de thym

2 feuilles de sauge  
séchées

1 cube de bouillon de  
légumes

sel et poivre

## PRÉPARATION

### ÉTAPE 1

Lavez les lentilles à l'eau froide dans une passoire. Épluchez, lavez les carottes, les pommes de terre et le chou.

### ÉTAPE 2

Épluchez et coupez l'oignon en quatre. Découpez les carottes en rondelles assez fines. Coupez les pommes de terre en quatre. Détaillez le chou en morceaux en réservant les premières feuilles.

### ÉTAPE 3

Versez les lentilles dans un faitout. Ajoutez les oignons, le chou, les carottes, les pommes de terre, le laurier et le thym.

### ÉTAPE 4

Couvrez d'eau froide. Salez et poivrez, ajoutez le cube de bouillon, puis couvrez avec les grandes feuilles de chou. Portez à ébullition.

### ÉTAPE 5

Laissez cuire à feu doux 35 à 40 minutes, en vérifiant régulièrement qu'il reste assez de jus de cuisson au fond du faitout, sans quoi les lentilles attachent !

