

Fiche Recette

Date : 03/02/2009

Thème : Légumes

Description : Lentilles Hivernales

Qualité : Excellent

Ingrédients :

Calories :

Date de création: 02/02/2009

Difficulté : Facile

Préparation : 20

Cuisson : 1h/1h30

Accompagnement :

Ingrédients

1 paquet de lentilles verte du Puy
(Je cuisine toujours le paquet et je congèle les restes)

Lardons, 1 tomate, 1 poivron

1 bouillon (= 1½ fois le volume d'eau)

1 saucisse de Morteau pour 2

1càs d'huile

thym ,laurier, persil, sel, un tour de moulin à poivre

1pomme de terre par/p



Recette

Emincer oignon, tomate, poivron, et les faire revenir dans l'huile avec les lardons
Ajouter Les lentilles , les saucisses et couvrir avec 1 bouillon (ex : eau + 1 cube de bouillon Evernat bio),

Mettre thym ,laurier, persil, sel, un tour de moulin à poivre.

1/2 heure avant la fin de la cuisson ajouter les pommes de terres.

Servir dans le plat de cuisson pour garder les sucs et la chaleur

Truc et Astuce

Couvrir les lentilles à hauteur et je rectifie si besoin en cours de cuisson.

Saler à mi-cuisson pour éviter qu'elles durcissent.

Prolonger la cuisson pour qu'elles soient plus onctueuses.

Un peu de crème fraîche et les enfants apprécient ce plat

recette proposée par : <http://unbrindecausette.canalblog.com>