

Curry de légumes aux lentilles roses

4 personnes

Ingrédients

800g légumes au choix :
haricots, courgettes, carottes, brocoli, chou-fleur, fenouil,
petits pois,...

120g lentilles roses

3,5dl lait de coco

2,5dl bouillon de légumes

1-2cc curry

sel, poivre

Préparation

- Laver les légumes, les peler, les détailler en petits morceaux/cubes/rosaces
- Cuire les légumes avec le bouillon
- Lorsque les légumes sont encore « al dente », ajouter le lait de coco et le curry, porter à ébullition
- Quand le liquide est à ébullition, ajouter les lentilles et faire cuire à feu moyen 15 minutes environ
- Rectifier l'assaisonnement et servir avec du riz parfumé