



CREME DE LENTILLES EPICEE

Pour 6 personnes : 2 oignons hachés - 2 gses d'ail hachés - 4 tomates en gros dés - 1/2 c à c curcuma en poudre - 1 c à c cumin en poudre - 6 gousses de cardamome - 1/2 bâton de cannelle -200 g de lentilles corail - 400 g de lait de coco - 1 c à s jus de citron vert - sel et poivre du moulin –

Emballer dans une compresse la cannelle, les gousses de cardamome. Placer cette dernière, les oignons, l'ail, les tomates, le curcuma, le cumin et les lentilles dans une casserole avec 1 litre d'eau. Porter à ébullition, puis couvrir et laisser mijoter sur feu doux pendant 20 minutes. Retirer le petit baluchon, réduire les lentilles en purée au mixeur. Passer la soupe au tamis et la remettre dans la casserole. Ajouter le lait de coco et le jus de citron vert. Mélanger, assaisonner. Réchauffer à feu doux sans laisser bouillir.

Truc : si les tomates ne sont pas assez parfumées, ajouter 1 c à c de concentré de tomates.