







Lard aux lentilles

Voici une recette de cuisine d'inspiration gauloise d'après les recherches archéologiques et archéozoologiques. Cette recette a été testée lors du club archéologie de l'école Jean Jaurès d'Outreau.




D'autres fiches sur : <http://archeocole.canalblog.com/>



I - Ingrédients :

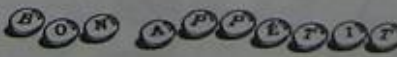
 des lentilles vertes	 du laurier 10 feuilles	 du thym 2 branches	 du lard salé	 du sel
---	--	--	--	---

II - Matériel :

 une casserole	 un verre doseur	 une cuillère en bois
---	---	--

III - Réalisation :

- 1 - Laver les herbes aromatiques .
- 2 - Compter 6 volumes d'eau pour 2 volumes de lentilles .
- 3 - Mettre les herbes et les lentilles dans la casserole avec l'eau .
- 4 - Quand l'eau bout, ajouter le lard .
- 5 - Faire cuire 2 heures environ en remuant de temps en temps .
- 6 - Ajouter le sel en fin de cuisson .
- 7 - Goûter .



Recette réalisée par Claire M., Léna D., Clément H.

Bon appétit.

n.b. : si vous achetez du lard déjà salé (comme le lard conservé par les gaulois), ne salez pas plus !