

Chorba de lentilles corail

4 pers | 15 mn

Les **ingrédients**

- 200 g de lentilles corail
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 2 carottes
- 1 branche de céleri
- 2 c. à s. de concentré de tomate
- 1 c. à c. de cumin en poudre
- 1 c. à c. de curcuma
- 1 c. à c. de paprika doux
- 1 feuille de laurier
- Huile d’olive
- Sel
- Poivre
- 1 litre de bouillon de légumes ou d'eau
- Jus de citron (optionnel)
- Persil

La **recette**

Etape 1

Éplucher et émincer l’oignon et l’ail. Couper les carottes en petits dés et trancher finement la branche de céleri.

Etape 2

Faire chauffer l’huile d’olive dans une marmite à feu moyen. Faire revenir l’oignon jusqu’à ce qu’il devienne translucide, puis ajouter l’ail. Incorporer les carottes et le céleri. Faites revenir pendant 5 min.

Etape 3

Ajouter le cumin, le curcuma et le paprika .Ajouter ensuite le concentré de tomate et laissez cuire 2 min.

Etape 4

Ajouter les lentilles corail et mélanger. Verser le bouillon de légumes ou l’eau dans la marmite, puis ajouter la feuille de laurier. Porter à ébullition, puis réduire le feu et laisser mijoter à couvert pendant 20 min., en remuant de temps en temps.

Etape 5

Retirer la feuille de laurier. Ajuster le sel et le poivre selon votre goût, et un peu d’eau pour ajuster la consistance si besoin.

Etape 6

Servir chaud, garni de persil frais ciselé. Ajouter un filet de jus de citron.