

Lentilles corail à l'indienne

Ingrédients pour 4 personnes :

250 g de lentilles corail

Préparation : 10 min

Cuisson : 30 min

1 oignon

1 boîte de tomates concassées

10 g de cumin

10 g de curcuma

1 cuil à soupe d'huile d'olive

Eau

Sel & poivre

1 brique (200 ml) de lait de coco

Préparation :

Dans un wok ou une poêle à bords larges,
faites chauffer l'huile et y faire revenir l'oignon émincé.

Ajoutez le cumin et le curcuma jusqu'à imprégnation
totale de l'oignon.

Ajoutez les lentilles puis les tomates concassées
et enfin le lait de coco.

Complétez si nécessaire avec de l'eau pour recouvrir
la préparation.

Laissez mijoter à feu doux environ 1/2 heure.

Accompagnez de riz

Vous reste plus qu'à passer à table

Bon appétit à toutes & tous !!