

Velouté de Lentilles Vertes du Puy et châtaignes d'Ardèche

Un velouté onctueux de Lentilles Vertes du Puy et châtaignes d'Ardèche. Une recette chaleureuse et raffinée, aux saveurs du terroir.

PRÉPARATION
Moyen

DIFFICULTÉ
Facile

POUR
4 personnes

Ingrédients

- [ ] 1 c.s d'huile d'olive
- [ ] 2 oignons
- [ ] 1 gousse d'ail
- [ ] 200g de lentilles vertes du Puy « La Ponote »
- [ ] 200g de châtaignes crues décortiquées
- [ ] 3 brins de thym séché
- [ ] 1 feuille de laurier
- [ ] 1.5 l de bouillon de légumes

Préparation

1. Faites chauffer l'huile dans une cocotte à fond épais.
2. Ajoutez les oignons et l'ail épluchés et émincés, et faites revenir à feu moyen jusqu'à ce que les oignons soient souples et translucides, en remuant régulièrement pour éviter la coloration.
3. Ajoutez les lentilles, les châtaignes, les herbes et le bouillon de légumes puis assaisonnez.
4. Portez à frémissements, et laissez cuire à couvert et à feu doux pendant 20 min, jusqu'à ce que les lentilles et les châtaignes soient tendres.
5. Mixez la soupe partiellement ou complètement, selon votre préférence. Ajoutez la crème, saupoudrez de poivre, et servez chaud ou froid selon vos préférences.

+ 33 4 71 08 60 34
contact@sas-trescarte.fr

- [ ] 40g de crème fraîche ou de crème de soja
- [ ] sel fin et poivre du moulin

+ 33 4 71 08 60 34
contact@sas-trescarte.fr