

Oeuf parfait, lentille corail, sauce Chimichurri et oignon frit |

Recette pour 12 tapas

Description

Un tapas végétarien plein de saveurs!

L'astuce du chef

Faites attention de ne pas trop cuire les lentilles.

Ingrédients

Oeufs parfait

- 12 Unité(s) Oeuf

Lentilles

- 150 Gr Oignon
- 3 Gousse(s) Ail
- 250 Gr Lentilles corail
- 750 Ml Eau
- 1 Cuil. à thé Curry en poudre

Garniture

- 50 Ml Huile d'olive
- 5 Branche(s) Persil
- 3 Branche(s) Origan frais
- 3 Branche(s) Coriandre fraîche
- 0.50 Unité(s) Piment jalapeno
- 30 Gr Oignon vert
- 1 Gousse(s) Ail
- 15 Ml Vinaigre de vin rouge

Préparation

- Temps de préparation **60 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **400 F°**
- Temps de repos **30 mins**

Mise en place

Effeuillez toutes les fines herbes pour le chimichurri.

Pelez et hachez l'ail.

Ciselez finement l'oignon et l'oignon vert.

Oeufs

Oeuf parfait

Utilisez le themocirculateur, une fois en place, réglez-le à une température de 64°C, plongez les œufs délicatement dans le bassin d'eau, laissez-les durant une heure. Les sortir, les passez sous

l'eau froide pour arrêter la cuisson. Les casser au-dessus de l'assiette juste au moment de montage.

Chimichurri

Rassemblez tous les ingrédients dans un blender ou un robot culinaire et tournez jusqu'à temps que vous avez un résultat lisse mais qui garde une petite texture en fraîcheur.

Lentilles

Dans une casserole, faites revenir les oignons dans du beurre, ajoutez du sel, assurez-vous de le dorer légèrement.

Ajoutez l'ail, les épices et cuire durant une bonne minute tout en remuant. Ajoutez l'eau, puis les lentilles, portez le tout à ébullition, baissez le feu, laissez mijoter durant 15-20 minutes environ, en remuant régulièrement. Assurez-vous de la cuisson des lentilles.

Montage

Déposez les lentilles au fond des vos ramequins.

Ajoutez les oeufs et arrosez-les de sauce Chimichurri.

Finalisez le tout avec les oignons frits.

Bon appétit!