

# Un velouté de lentilles Corail, agrémenté d'une crème de ciboulette fraîche

## Recette pour 4

### Description

Souplesse, onctuosité, délicatesse... Cette recette vous ravira tant par ses saveurs que par ses couleurs pastel qui créent d'elles-mêmes une belle harmonie dans l'assiette.

Il ne vous restera qu'à déposer votre plus belle signature avec la crème de ciboulette!

### Ingrédients

#### Velouté de lentilles Corail

- 250 Gr Lentilles corail
- 0.50 Cuil. à thé Cumin moulu
- 1 Bâton(s) Cannelle
- 6 Unité(s) Graines de cardamome
- 1 Pointe de couteau Curcuma
- 1 Cello Tomates cerises
- 1 Unité(s) Oignon
- 1 Gousse(s) Ail
- 100 Ml Lait de coco
- 1 Unité(s) Jus de lime
  
- Sel et poivre

#### Crème de ciboulette fraîche

- 250 Ml Crème 35% à fouetter
- 0.50 Botte(s) Ciboulette
  
- Sel et poivre

### Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

#### Mise en place

Rincez les lentilles dans une passoire. Épluchez et hachez l'ail. Épluchez et ciselez finement l'oignon. Hachez grossièrement les tomates avec les épices. Ciselez finement la ciboulette pour la crème.

#### Velouté de lentilles Corail

Dans une grande casserole, déposez les lentilles, l'ail, l'oignon et les tomates avec les épices. Ajoutez le bâton de cannelle et les graines de cardamome. Recouvrez l'ensemble de 500 ml d'eau, portez à ébullition et laissez cuire avec un couvercle sur un feu moyen durant 20 minutes environ.

Sortez le bâton de cannelle ainsi que les graines de cardamome, mixez le reste dans un robot. Remettez sur feu doux et ajoutez le lait de coco. Vous êtes prêt à servir!

Ajoutez au dernier moment une cuillère de crème de ciboulette.

#### Crème de ciboulette fraîche

Montez votre crème comme une chantilly, à l'aide d'une spatule, ajoutez-y la ciboulette et vérifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Déposez une belle quenelle de crème sur votre velouté au dernier moment.

**Bon appétit!**