

Tartinade de lentilles

Recette réalisée par Marie Line de Saint Herblain

Ingrédients

250g de lentilles (blonde ou corail)
2 cuillère à soupe de pistache ou pignon de pin
2 branches de thym
1 oignon
20 feuilles de persil
1 pincée de paprika
1 pincée de cumin
1 pincée de coriandre moulue
1 jus de citron
Huile d'olive
Sel et poivre



Préparation

- Faire cuire les lentilles avec le thym et un peu de sel pendant environ 20mn. Surveiller de manière à avoir toujours un peu de jus.
- Pendant ce temps, émincer l'oignon et le faire fondre avec un peu d'huile d'olive dans une poêle. Les laisser jusqu'à la limite de la caramélisation, à ce moment-là ajouter les épices et laisser une minute sur feu doux puis éteindre.
- Lorsque les lentilles sont cuites, les égoutter en gardant le jus de cuisson.
- Mixer les lentilles, les pistahces, le persil, le jus de citron, les oignons, le sel et le poivre. Rajouter du jus de citron selon la texture souhaitée.