

FLAN DE LENTILLES CORAIL



UNE RECETTE ÉLABORÉE AVEC NOS PRODUITS



Lentilles corail
2,5 kg



Lentilles corail BIO
2,5 kg



INGRÉDIENTS

- **180 g de lentilles corail**
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 3 carottes
- 1 courgette
- 1/2 litre de bouillon de légumes
- 3 œufs
- 20 cl de lait
- 1 c.s de thym
- 1 c.s de curry
- Sel, poivre
- Huile d'olive.

ÉTAPES DE LA RECETTE

1. Éplucher et émincer les oignons. Les faire revenir quelques minutes dans de l'huile, dans une sauteuse.
2. Ajouter l'ail, les lentilles, les légumes épluchés et coupés en dés ainsi que le bouillon.
3. Couvrir et laisser cuire à feu doux jusqu'à absorption complète du bouillon.
4. Dans un saladier, casser les œufs.
5. Ajouter le lait, le thym et le curry.
6. Incorporer le mélange aux légumes et mélanger.
7. Rectifier l'assaisonnement.
8. Verser la préparation dans un moule à cake recouvert de papier sulfurisé.
9. Placer dans un four préchauffé à 180° pour 1 heure.
10. Laisser refroidir avant de servir.