

Soupe de lentilles corail au beurre de menthe (à partir de la recette d'Alain Serres)

Ingrédients pour 6 personnes :

- 400g de lentilles corail
- 1 oignon
- 1 carotte
- 200g de poitrine fumée (facultatif)
- 20 cl de coulis de tomates
- 75g de beurre
- des feuilles de menthe séchées ou surgelées
- 1 c.à.s. de paprika
- 2 yaourts nature
- 1 citron (facultatif)
- sel

Faire fondre 25g de beurre dans une marmite, y faire blondir l'oignon, la poitrine et la carotte coupée en rondelles. Ajouter les lentilles et faire revenir 4 à 5 minutes en remuant.

Verser 1.5l d'eau chaude et le coulis de tomate. Saler et poivrer. Laisser cuire jusqu'à ce que les lentilles soient bien cuites ; il ne faut pas que la peau qui s'est détachée soit encore dure sinon il restera des « grumeaux ».

Mixer finement l'ensemble pour obtenir un velouté. Vous pouvez ajuster la consistance avec un peu de crème fluide.

Faire fondre les 50g de beurre restant et y ajouter 2 c.à.s. de feuilles de menthe ainsi qu'une c.à.s. de paprika, et du sel. Bien mélanger et mettre au frais.

Mettre le yaourt dans un ramequin, le saler et le poivrer. Proposer du citron.

Servir une assiette de soupe et y rajouter une trainée de yaourt ainsi qu'une c.à.c. de beurre de menthe.

Accord met et vin :

Un rosé de Provence.