

Soupe de lentilles à l'huile de noix, lard et oignons frits

Préparation : 10 mn

Cuisson 30 mn (un peu plus)

Les ingrédients pour 4 personnes :

150 g de poitrine fumée finement tranchée

250 g de lentilles vertes de Puy

2 oignons

1 carotte

1 bouquet garni

2 c à s d'huile de noix

1 c à s d'huile d'olive

1 c à s de colombo (ou à défaut de curry)

Sel

Rincer les lentilles et les mettre dans un faitout avec 6 fois leur volume d'eau. Ajouter la carotte coupée en fines rondelles, le bouquet garni et le colombo. Porter à feu vif à ébullition, couvrir, baisser le feu et cuire 20 mn à feu doux (au bout de 20 mn les lentilles étaient encore dures je les ai cuites 35 mn).

Retirer le bouquet garni et mixer les lentilles avec le reste de jus de cuisson, ajouter du sel et l'huile de noix et éventuellement un peu d'eau si la consistance est trop épaisse. Réserver au chaud.

Faire dorer à sec dans une poêle antiadhésive les tranches de lard fumé et les mettre à sécher sur un papier absorbant.

Peler et émincer les oignons en fines rondelles, détacher les anneaux et les faire revenir dans la poêle avec un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Pour servir, mettre le velouté dans des bols et accompagner de lard et d'oignons frits.

Comme je n'étais pas tout à fait satisfaite de la consistance des oignons frits ainsi préparés, pas assez croustillants à mon goût, j'ai fait un test en les farinant et en les mettant cuire à la friture à 175°. Puis ensuite les égoutter sur du papier absorbant et les saler. Le résultat me plaisait beaucoup plus. J'aurai même pu, mais je n'y ai pensé qu'après, ajouter un peu de poudre de colombo à la farine pour rappeler l'épice de la soupe.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>