

## Potage potiron lentilles corail



Entrée **Facile**

**Pour** : 8 personnes

**Préparation** : 25 mn

**Cuisson** : 30 mn

*Un potage parfumé et coloré grâce au potiron et aux lentilles. Je vous le conseille si vous êtes à court d'idées.*

### Ingrédients

- 300 g de potiron - pelé et coupé en dés
- 250 g de lentilles corail
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 cc d'huile d'olive
- 1 cc de curcuma
- 1 cc de gingembre - frais moulu
- 1 pincée de piment - en poudre

### Préparation

- 1 Faites revenir l'oignon et l'ail dans une cocotte, puis ajoutez les lentilles et 1,5 litre d'eau. Portez à ébullition puis baissez le feu afin que la soupe mijote. Ajoutez le potiron, le curcuma et le piment. Laissez mijoter pendant 30 minutes jusqu'à ce que le potiron et les lentilles soient tendres.
- 2 Mixez la soupe et servez bien chaud. avec de la crème fraîche

Proposé par



**nadou**

*D'autres recettes que vous trouverez sur*

*ou un seul clic sur ><http://nadou.blogduvillage.com>*

CUISINETTE

*en allant dans mes recettes*

*les articles vous attendent*

*merçi de vos visites et bonne cuisine à tous*

*Consulter son profil et ses recettes*

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

