



Velouté Epice de Panais et de Lentilles Corail

Ingrédients

Pour 6 personnes

- 50 g de lentilles
- 80 g de panais
- 1 cuillère à soupe de crème
- 1 pincée de garam masala
- 1 pincée de cumin
- 1 pincée de curcuma
- Sel, poivre

Préparation

- Mettez les lentilles roses et le panais coupé en petits dés dans une casserole, puis couvrez d'eau
- Faites cuire jusqu'à ce que les légumes frais et secs soient bien cuits
- Mixez avec la crème en ajoutant les épices, un peu de sel et de poivre
- Servez aussitôt !