

CARI DE LENTILLES ET DE POMMES DE TERRE



PRÉPARATION : 25 MIN

CUISSON : 45 MIN

PORTIONS : 4

INGRÉDIENTS

- 1 gros oignon, haché finement
- 30 ml (2 c. à soupe) d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail, hachées finement
- 15 ml (1 c. à soupe) de garam masala **ou** 15 ml (1 c. à soupe) de poudre de cari
- 1 litre (4 tasses) de bouillon de poulet ou d'eau
- 1 litre (4 tasses) de pommes de terre coupées en cubes
- 375 ml (1 1/2 tasse) de lentilles vertes sèches, rincées
- 1 boîte de 398 ml (14 oz) de lait de coco (ordinaire ou léger)
- Feuilles de coriandre fraîche au goût (facultatif)
- Sel et poivre

PRÉPARATION

1. Dans une grande casserole, dorer l'oignon dans l'huile.
2. Saler et poivrer.
3. Ajouter l'ail, le garam masala et cuire 1 minute.
4. Ajouter le reste des ingrédients à l'exception de la coriandre et porter à ébullition.
5. Laisser mijoter doucement, à découvert, environ 35 minutes ou jusqu'à ce que les lentilles soient tendres.
6. Rectifier l'assaisonnement.
7. Servir sur du riz basmati et garnir de coriandre.