



LENTILLES À LA CRÈME AUX LÉGUMES ET AUX CREVETTES



QimiQ AVANTAGES

- Stable à l'alcool et ainsi ne caille pas
- Consistance agréablement crémeuse avec moins de matières grasses
- Peut être réchauffé sans problème



25



simplement

INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

125 g	QimiQ Base crème, réfrigéré
160 g	Lentilles noires, trempés
160 g	Lentilles de montagne, trempés
60 g	Oignon(s) rouge(s) , haché
40 ml	Huile d'olive
10 g	Ail, haché
125 ml	Vin blanc
200 ml	Eau
1	Feuille de laurier
40 g	Poireau, coupé
40 g	Carotte(s) jaune(s), pelée
40 g	Carotte(s), pelée
60 g	Choux de Bruxelles
	Sel, selon le goût
	Poivre noir, fraîchement moulu
10 g	Persil, frais
160 g	Crevettes, prêtes à manger

PRÉPARATION

1. Verser les lentilles dans une passoire, bien rincer et laisser égoutter.
2. Faire revenir les oignons dans l'huile d'olive, ajouter l'ail et les lentilles et faire revenir le tout un court instant.
3. Déglacer au vin blanc, faire réduire de moitié, mouiller avec de l'eau et bien faire cuire les lentilles.
4. Faire saisir tous les légumes dans l'huile d'olive, les laisser cuire à petit feu et les ajouter aux lentilles cuites.
5. Affiner avec le QimiQ Classic réfrigéré, assaisonner et ajouter le persil haché.
6. Dresser avec les crevettes et servir.