



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 10 PORTIONS

400	QimiQ Sauce Base
400 g	Lentilles noires, trempés
400 g	Lentilles de montagne, trempés
150 g	Oignon(s) rouge(s) , haché
100 ml	Huile d'olive
40 g	Ail, haché
300 ml	Vin blanc
500 ml	Eau
2	Feuilles de laurier
100 g	Poireau, coupé
100 g	Carotte(s) jaune(s), pelée
100 g	Carotte(s), pelée
150 g	Choux de Bruxelles
80	Huile d'olive
	Sel, selon le goût
	Poivre noir, fraîchement moulu
30 g	Persil, frais
400 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.