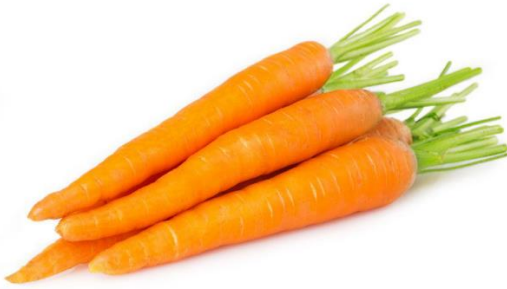


## Purée de carottes et lentilles corail au cumin



### **Ingrédients** : pour 2 personnes

3 carottes, 120 g de lentilles corail, 1 cube de bouillon de légumes, une noisette de beurre, une pincée de cumin (facultatif) , un peu de crème liquide, sel, poivre

### **Préparation** :

1. Éplucher et découper les carottes en rondelles
2. Cuire les carottes dans de l'eau avec un demi cube de bouillon pendant environ 20 minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien fondantes.
3. En parallèle, porter une petite casserole d'eau à ébullition avec l'autre moitié de cube de bouillon de légumes, puis y plonger les lentilles corail, laisser cuire 15 minutes sur feu doux et égoutter.
4. Mixer les carottes avec les lentilles, le beurre, une pincée de cumin, saler et poivrer selon le goût. Enfin ajouter un peu de crème jusqu'à obtention de la texture désirée.