

SOUPE AUX LENTILLES ET PRUNEAUX

Recette allemande



Préparation : 15 min - **Repos :** - - **Cuisson :** 40 min - **Matériel :** -

Ingrédients : 4 PERSONNES

- 8 pruneaux - 50 ml de jus de pommes - 3 c.s. de vinaigre de vin rouge - 50 g de lardons - 100 g d'oignons, coupés en 4 - 100 g de carottes, en dès - 100 de céleri-rave, en dès - 20 ml d'huile de colza - 1 c.s. de concentré de tomates - 250 g de pommes de terre, en dès - 100 g de poireau, en rondelles - 200 g de lentilles (blondes) - 1 l de bouillon - 4 saucisses de Montbéliard - coriandre pour garnir (facultatif) - sel, poivre

1. Coupez les pruneaux en quartiers et laissez-les infuser dans le jus de pommes et le vinaigre.
2. Mettez les lardons, les oignons, les carottes, le céleri-rave avec l'huile de colza dans la cuve et lancez le programme EXPERT 6 minutes/vitesse 2A/120°C.
3. Rajoutez le concentré de tomates et relancez le programme EXPERT 2 minutes/vitesse 2A/120°C.
4. Ajoutez les pommes de terre et le poireau dans la cuve et hachez avec le programme EXPERT 25 secondes/vitesse 13/100°C.
5. Rajoutez les lentilles et le bouillon dans la cuve et laissez cuire tout au programme EXPERT 30 minutes/1A/100°C.
6. Mettez les pruneaux et leur jus dans la cuve. Remuez. Posez les saucisses 5 minutes dans la cuve au couvercle fermé pour qu'elles deviennent chaudes. Coupez les saucisses en rondelles. Salez et poivrez. Garnissez la soupe avec de la coriandre.

Astuce du chef :

Si vous utilisez d'autres variétés de lentilles, il peut être nécessaire de prolonger le temps de cuisson et de rajouter de bouillon.

Cook Expert ■

© photos Sandra Mahut
© 2017 Hachette Livre (Marabout)