

Dahl de lentilles corail

Pour 4 personnes



Lentilles corail
200 g



Oignon
1



Tomate
1



Ail
2 gousses



Bouillon de légumes
500 ml



Huile d'olive
1 cuillère à soupe



Cumin en poudre
1 cuillère à café



Curcuma
1 cuillère à café



Gingembre en
poudre
0,5 cuillère à café



Paprika
0,5 cuillère à café



Sel



Poivre

Préparation : **10 min** | Cuisson : **20 min** | Temps total : **30 min**

- 1 Faites chauffer l'huile d'olive dans une casserole et faites revenir l'oignon émincé et l'ail haché jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.
- 2 Ajoutez les épices (cumin, curcuma, gingembre, paprika) et mélangez bien pendant 1 minute pour libérer les arômes.
- 3 Incorporez les lentilles corail et les dés de tomate, puis versez le bouillon de légumes. Laissez mijoter à feu moyen pendant 15 minutes.
- 4 Ajoutez le lait de coco, assaisonnez avec **du sel** Ad et du poivre, et laissez cuire encore 5 minutes jusqu'à ce que les lentilles soient fondantes.
- 5 Servez votre dahl de lentilles corail chaud, parsemé de coriandre fraîche, accompagné de riz basmati ou de pain naan.