



## Lentilles vertes aux noix de cajou, curry, et kumquat

*Une recette d'Alexandre Mazzia, chef 2\* de AM par Alexandre Mazzia à Marseille*

Cuisson des lentilles : 12 minutes

Temps de préparation : 5 minutes

Recette pour 4 personnes

### **Ingrédients**

- 250 g de lentilles vertes (du Puy)
- 2 carottes
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive (de Xavier Alazard)
- 2 oignons blancs
- 1 cuillère à café de curry en poudre
- 1 cuillère à café de miel
- 2 blancs de poireaux (conserver le vert pour la soupe du soir, un bouillon de légumes ou encore la réalisation d'une huile pimentée)
- une douzaine de noix de cajou

- 1 tranche de lard paysan
- 1 kumquat (de Jean-Baptiste Anfosso, maraîcher en permaculture) ou un fruit un peu amer et acidulé de votre choix
- 10 cl de bouillon de légume
- 1 café

## Lentilles

1. Emincer les oignons et les blancs de poireaux.
2. Couper les carottes finement.
3. Faire suer les oignons avec l'huile d'olive.
4. Ajouter le lard coupé en morceaux.
5. Saupoudrer des épices.
6. Ajouter le miel, le poireau, les carottes, et laisser légèrement colorer.
7. Mouiller avec le café et le bouillon de légumes.
8. Une fois l'ensemble cuit, égoutter et conserver le jus pour la vinaigrette.

**Astuce** : vous pouvez aussi déglacer avec le café et ensuite le bouillon, à hauteur.

## Vinaigrette aigre doux

1. Récupérer du jus de cuisson des lentilles.
2. Monter avec un peu d'huile d'olive et du miel.
3. Incorporer un trait de vinaigre.

## Dressage

1. Verser la préparation aux lentilles dans un plat.
2. Découper le kumquat finement et déposer harmonieusement les rondelles sur les lentilles.
3. Parsemer de noix de cajou.
4. Déguster immédiatement.