

Par Bouillon  
de Cultures

# Soupe lentilles corail - miel

ÉCONOMIQUE



FACILE



PRIX DU GROUPE:  
0,50 €/250ml

RECETTE

## Ingrédients

-  1kg lentilles corail
-  0,650kg carottes
-  1 cube de bouillon de légumes
-  2 grosses pommes de terre
-  Miel
-  Poivre
-  Curcuma
-  Sel
-  Huile
-  Piment frais africain (optionnel)

## Recette

1. Eplucher les carottes et les pommes de terre. Les couper en morceaux.
2. Dans une casserole, faire chauffer de l'huile. Verser les lentilles corail. Couvrir d'eau.
3. Dans une poêle, faire chauffer de l'huile. Ajouter les carottes et les pommes de terre. Couvrir d'eau.
4. Dans la casserole, ajouter le cube de bouillon de légumes.
5. Tout verser dans la casserole et mixer.
6. Ajouter le curcuma et plusieurs cuillères à soupe de miel (goûter au fur et à mesure).

