



Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)



CRÈME DE LENTILLES AUX CHIPS DE BACON

ACCOMPAGNÉE DE SON CHINON LES BRUYÈRES

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)
et la suggestion d'accompagnement de votre caviste Nicolas

NICOLAS



Préparation : 20min
Temps de cuisson : 10min

Niveau : Facile
Budget : Moyen

POUR 4 PERSONNES

- Lentilles corail : 600g
- Oignon : 1
- Tranches de bacon : 4
- Fromage blanc 0% : 3 c.a.s
- Bouillon de légumes : 1 cube
- Huile d'olive : 1 c.a.s
- Sel, poivre

Base

- Peler l'oignon et l'émincer. Faire chauffer l'huile d'olive dans une cocotte, puis y faire revenir l'oignon.
- Ajouter maintenant les lentilles corail et mélanger. Couvrir d'eau et ajouter le cube de bouillon émietté. Saler, poivrer et remuer.
- Couvrir et laisser cuire pendant 10 minutes.
- Pendant ce temps, faire griller le bacon dans une poêle sans ajout de matière grasse. Laisser dorer jusqu'à ce que les tranches soient craquantes.

Finition

- Quand les lentilles sont cuites, les passer au mixeur. Ajouter le fromage blanc, rectifier l'assaisonnement et mixer à nouveau rapidement
- Servir le velouté bien chaud dans des bols ou des verrines et ajouter dans chaque plat une tranche de bacon.



Imprimé sur papier **PERC**, issu des forêts gérées durablement

LA SUGGESTION DU CAVISTE CHINON LES BRUYÈRES 2017 AOP CHINON

Joli nez de fruits noirs, dont des saveurs de cassis. Caractère corsé, les tannins sont doux, la finale est ronde en bouche.

Pourquoi cette alliance ?

La puissance de ce vin équilibrera l'onctuosité de ce plat. Un mariage de consistances, qui se révélera très goûteux.

Retrouvez toutes les recettes de Nicolas sur **recettes.nicolas.com**



Le petit plus de...

Débora Niamba apprentie en CAP Cuisine - Formation adulte (EPMT).

« Pour une entrée de qualité, bien choisir les lentilles. Les lentilles Corail sont parfaites pour exécuter cette crème ».