

Recette bio : caviar de lentilles

« Un produit pour Noël qui permet de ne pas se ruiner ! »

Synonyme de caviar végétarien, cette recette sera la parfaite pour les fêtes. Les lentilles vertes se marieront très bien avec des toasts grillés.

↓ Voir les ingrédients



🕒 Temps de préparation 5 mn

👤 Nombre de personnes 4 pers.

👨‍🍳 Difficulté Facile

Les + recettes



Entrée



Veggie

Enfilez vos tabliers

Ingrédients

- 150 g de lentilles vertes Jardin BiO
- 1 oignon
- 1 bouquet garni
- 2 cl de vinaigre balsamique Jardin BiO
- 40 g de pignons de pin
- 30 g de cornichons
- 1/2 cuillère à soupe de moutarde Jardin BiO
- 3-4 feuilles de basilic
- Huile d'olive Jardin BiO
- Sel, poivre

Etapes de préparation

- 1 Cuire les lentilles dans l'eau avec l'oignon et le bouquet garni. Une fois la préparation cuite, réserver une partie du jus de cuisson.
- 2 Torrifier les pignons de pin à la poêle. Mixer la préparation avec tous les ingrédients pour obtenir une pâte.
- 3 Ajouter si nécessaire du jus de cuisson afin d'obtenir une texture adéquate. Assaisonner si nécessaire.
- 4 Servir le caviar de lentilles sur des toasts grillés