



TABOULÉ DE LENTILLONS DE LA CHAMPAGNE AU CITRON

(PRÉPARATION 15 MM - CUISSON 25 MINUTES – RECETTE POUR 4/5 PERSONNES)

250G DE LENTILLONS DE LA CHAMPAGNE, LE JUS D'UN CITRON JAUNE, LE JUS D'UN CITRON VERT, 1 OIGNON ROSE OU 3 PETITS OIGNONS ROSES NOUVEAUX, UN BOUQUET DE MENTHE (ENVIRON 15 BRANCHES), UN PETIT BOUQUET DE PERSIL PLAT (ENVIRON 15 BRINS), SEL ET POIVRE.

APRÈS AVOIR RINCÉ LES LENTILLONS, PLONGEZ-LES DANS UNE GRANDE QUANTITÉ D'EAU FROIDE. PORTEZ-LES À ÉBULLITION PUIS LAISSEZ LES CUIRE À FEU DOUX PENDANT 15 À 25 MINUTES.

LAVEZ LES HERBES ET CISELEZ-LES. LAVEZ PUIS COUPEZ FINEMENT LES OIGNONS.

MÉLANGEZ OIGNONS, HERBES ET LE JUS DES CITRONS, SALEZ ET POIVREZ.

LAISSEZ MARINER CE MÉLANGE LE TEMPS QUE LES LENTILLONS CUISENT. QUAND

LES LENTILLONS SONT CUIITS, RINCEZ-LES RAPIDEMENT À L'EAU FROIDE,

ÉGOUTTEZ-LES PUIS AJOUTEZ-LES AUX MÉLANGES HERBES ET CITRON. LAISSEZ ENSUITE REFROIDIR LE TABOULÉ AU FRIGIDAIRE UNE HEURE.

SERVEZ FRAIS EN ENTRÉE OU COMME ACCOMPAGNEMENT D'UNE VIANDE OU D'UN POISSON GRILLÉ.

