SOUPE AUX LENTILLES ET PATATES DOUCES À LA MIJOTEUSE

Ingrédients : 4 portions *(je dirais plus 6 portions)*

- 6 tasses (1.5 L) de bouillon de légumes réduit en sodium
- 1 tasse/180 g) de lentilles corail ou rouges sèches, rincées et égouttées (mis ¾ tasse/135 g*****)
- 1 c. à soupe (15 ml) de garam masala
- ½ c. à soupe (7.5 m) de poudre de cari
- 3 tiges de thym frais (*thym citron pour moi*)
- 2 (*petites*) patates douces pelées et coupées en petits cubes
- 2 carottes coupées en dés
- 2 branches de céleri coupées en dés
- 2 oignons hachés (*mis 1 oignon*)
- *Ajout de 3 gousses d'ail, hachées finement*
- *Ajout de 1 tasse (83 g) de poireau haché*
- 1 feuille de laurier
- Sel et poivre au goût
- *Herbes salées (mon ajout) au goût*
- 3 c. à soupe (45 ml) de feuilles de coriandre fraîche (*pas mis*)

Préparation :

1. Dans la mijoteuse, mélanger tous les ingrédients, à l'exception de la coriandre (*dans mon cas, à l'exception des herbes salées*).
2. Couvrir et cuire de 7 à 8 heures à faible intensité.
3. *Ajouter des herbes salées au goût.*
4. Au moment de servir, garnir de coriandre (*pas fait*).

***Note**: j'ai réduit la quantité de lentilles et si je refais, je réduirai encore un peu*

Source : 5 Ingrédients 15 minutes

https://www.5ingredients15minutes.com/fr/recettes/entrees-et-soupes/soupe-aux-lentilles-et-patates-douces-a-la-mijoteuse/

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le lundi 20 septembre 2021

https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2021/09/soupe-aux-lentilles-et-patates-douces.html