

# Petite soupe de lentilles rouges au vadouvan

Le Vadouvan est un curry indien, influencé par la colonisation française. Grâce à cette intervention française, le Vadouvan est connu comme étant le curry le plus féminin et le plus sensuel de tous.



## Ingrédients

- 250g de céleri (céleri blanc ou céleri rave)
- 100g de brunoise d'oignon
- 2l de tomates concassées
- 350g de poivron rouge/jaune
- 500g de lentilles rouges
- 250g de courgette (la chair blanche, pas la peau) ou de fenouil, carotte
- Vadouvan Verstegen
- 5 Anneaux de piment fort Verstegen
- Thym lyophilisé entier Verstegen
- 5l de bouillon de légumes
- Huile de coco/Huile d'olive/ Brassica culinaire
- Gomasio Classic Verstegen Ou Gomasio Maniguette Verstegen Ou Gomasio Curry Verstegen

## Méthode

1. Faire revenir les oignons à l'huile
2. Ajouter le Vadouvan et faire suer le tout.
3. Ajouter courgette, céleri, lentilles, poivrons et thym.
4. Mouiller au bouillon et ajouter les tomates.
5. Laisser mijoter 30 minutes.
6. Mixer la soupe finement. (la passer éventuellement)
7. Servir et saupoudrer généreusement de Gomasio au choix.

### Variation

Servir avec des crostinos. Remplacer 1/5 du Vadouvan par du Garam Masala pour obtenir une touche plus orientale encore. Garniture supplémentaire:  
Terminer par quelques lentilles précuites ou Gomasio Green Herbs Verstegen

## Cette recette est de VERSTEGEN

© ChefsproVeggie

[info@chefsproveggie.be](mailto:info@chefsproveggie.be)