

Recette de soupe d'hiver aux lentilles vertes

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 2 gros oignons
- 2 carottes
- 1/2 c. à café de thym séché
- 1/2 c. à café de marjolaine séchée
- 1l de bouillon de légumes
- 1 tasse de lentilles vertes non cuites
- 1 boîte de 400g de tomates en dés
- un peu de persil frais
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 100g fromage râpé

Préparation

- Emincer les oignons.
- Peler et couper les carottes en petits dés.
- Hacher le persil.

Cuisson

- Dans une casserole, faire revenir les oignons émincés et les dés de carotte dans l'huile d'olive, de 3 à 5 minutes.
- Ajouter les thym et la marjolaine et faire revenir une minute de plus.
- Ajouter le bouillon, les lentilles, les tomates, le persil. Saler et poivrer.
- Couvrir et laisser mijoter environ 40 minutes jusqu'à ce que les lentilles soient tendres.
- Saupoudrer de fromage au moment de servir.

