

4 pers.  
Très bon

## Lentilles au chorizo

350g de lentilles vertes

3 oignons

1 carotte

1 clou de girofle

Huile d'olive

2 gousses d'ail

150g de chorizo fort

250g " doux

4 grosses tomates

1 petit bouquet de persil

Sel - poivre (facultativement des épices)

Laver les lentilles. Les mettre à tremper dans de l'eau tiède pendant 1h.

Peler oignon et carotte. Tailler la carotte en très petits dés. Couper l'oignon en deux et le piquer d'un clou de girofle.

Faire revenir à l'huile d'olive pendant  
5 mn la carotte. Ajouter les lentilles et  
l'oignon coupé en deux. Mettre 2 fois  
le volume des lentilles en eau. Mélanger  
couvrir et faire cuire sur feu doux  
pendant 45 mn.

Peler et émincer finement les oignons  
restants. Écraser les gousses d'ail. Couper  
le chorizo en petits tronçons. Éplucher  
les tomates et les couper. Ciseler le persil.  
Faire chauffer l'huile d'olive dans une  
sauteuse. Ajouter les oignons et les faire  
revenir pendant 5 mn. Ajouter l'ail,  
puis les tomates. Mélanger. Saler, poivrer.

Faire mijoter une vingtaine de mn.  
puis ajouter le chorizo et le persil.  
Mélanger, laisser mijoter doucement.

Égoutter les lentilles en retirant les oignons  
et verser dans la sauteuse. Mélanger  
délicatement et poursuivre très douce-  
ment la cuisson pendant 5 à 10 mn.  
Rectifier l'assaisonnement qui doit  
être assez relevé.

On peut supprimer le chorizo fort et  
ajouter du boudin "nature" coupé  
en tranches épaisses et revenu rapide-  
ment.