

RECETTE DE CUISINE DES GONES

SALADE DE LENTILLES LE CAVIAR DE LA CROIX-ROUSSE PAR OLIVIER CANAL



Ingédients

200 g de lentilles vertes du Puy
1 oignon
1 carotte
1 oignon rouge
persil

Vinaigrette :

moutarde
vinaigre de vin
huile de tournesol
1 gousse d'ail
sel & poivre

Préparation

Faites cuire les lentilles vertes du Puy, avec un départ à l'eau froide, avec 1 litre d'eau. Assaisonnez à mi-cuisson avec la garniture aromatique, une carotte, un oignon et du sel.

Laissez cuire pendant une quarantaine de minutes,

puis passez les lentilles sous l'eau froide pour stopper la cuisson.

Gardez la carotte, coupez-la en petits dés, et hachez l'oignon, pour les intégrer à la salade.

Émincez l'oignon rouge, hachez le persil et incorporez le tout aux lentilles.

Réalisez une vinaigrette bien moutardée, avec le vinaigre de vin, l'huile de tournesol. Ajoutez de l'ail.

La sauce doit être bien relevée.

On peut ajouter quelques pickles d'oignons au moment du dressage.

Par Olivier Canal, chef de la Meunière, 11 rue Neuve à Lyon 1er.

Bon Appétit